

Zeit, um Ballast abzuwerfen

Mit naturkundlichen Maßnahmen den Stoffwechsel anregen

„Um wieder mit ausreichend Energie das neue Jahr mit seinen vielfältigen Herausforderungen zu meistern, sollte nach den Feiertagen damit begonnen werden, das Gewicht zu reduzieren beziehungsweise zu entgiften und zu entschlacken“, rät Naturkundlerin Sabrina Vogl.

In Deutschland leiden mehr als ein Drittel aller Menschen an Übergewicht. Tendenz steigend. Jeder Mensch ist einzigartig und die Gründe für Übergewicht vielfältig und individuell.

„Ein über 14 Tage geführtes Ernährungstagebuch soll zunächst das Essverhalten dokumentieren und Aufschluss darüber geben, warum esse ich? Ist es Frust, Lust oder sind Stoffwechselstörungen an der Gewichtszunahme Schuld“, erklärt die Heilpraktikerin.

Mittels verschiedener Diagnoseverfahren wie z.B. einer Blutuntersuchung wird das Stoffwechselge-

schehen unter die Lupe genommen. Stoffwechsel- und Regulationsvorgänge von Leber/ Galle, Bauchspeicheldrüse, Darm und Herz-Kreislauf können unter anderem mit Hilfe einer Urinfunktionsdiagnostik festgestellt werden.

Eine Speichelanalyse z.B. gibt Auskunft darüber, wie es um den Cortisolhaushalt bestellt ist. Ein erhöhtes Maß von dem Stresshormon begünstigt Fetteinlagerungen. Anhand von Stuhlproben lassen sich Nahrungsunverträglichkeiten diagnostizieren. „Ziel ist es, die für jeden Patienten individuell passende Therapie zu finden. Dem Ergebnis



Foto: Präising

Naturheilkundlerin Sabrina Vogl rät zur regelmäßigen Entgiftung und Entschlackung

entsprechend kommen entgiftende therapeutischen Maßnahmen zum Einsatz“, betont Sabrina Vogl.

Um die Selbstregulationsmechanismen des Körpers dauerhaft zu stützen, ist eine regelmäßige Entgiftung ratsam. Zahlreiche Umweltgifte, aber auch synthetische Ersatzstoffe in Lebensmitteln belasten täglich den Organismus. „Eine effektive Entgiftungstherapie in meiner Praxis sieht neben der allgemeinen Anregung der Ausscheidungsorgane auch die gezielte Abbindung und Ausscheidung von Toxinen vor“, so die Therapeutin. MP

Naturheilpraxis Vogl

Naturheilpraxis Vogl

Hamburger Landstraße 15
24113 Molfsee
Telefon 0431/ 200 62 98
www.hp-vogl.de

