

FESTTAGSPFUNDE WIEDER LOS WERDEN

Sind die Weihnachtsfeiertage und der Jahreswechsel vorüber, dann beginnt für viele Menschen ein intensiver Kampf gegen die angesetzten zusätzlichen Pfunde.

Der Blick auf die Anzeige der Waage löst jetzt bei so Manchem Entsetzen aus. Überflüssigerweise machen sich die angesetzten Pölsterchen auch noch durch das heimtückische Kneifen im Rock- und Hosenbund bemerkbar.



Nun beginnt das Ringen darum, die angesetzten Pfunde mit Diäten möglichst rasch wieder los zu werden. Doch jede Diät, mag sie auch noch so ausgewogen erscheinen und den besten Erfolg versprechen, bedeutet großen Stress für den Organismus.

Er muss dabei lernen, sich mit einer andersartigen als der gewohnten Ernährungsweise auseinanderzusetzen. Dabei können deutliche Auswirkungen insbesondere auf das Immunsystem auftreten. Als Folge können sich Erkältungserkrankungen und grippale Infekte einstellen.

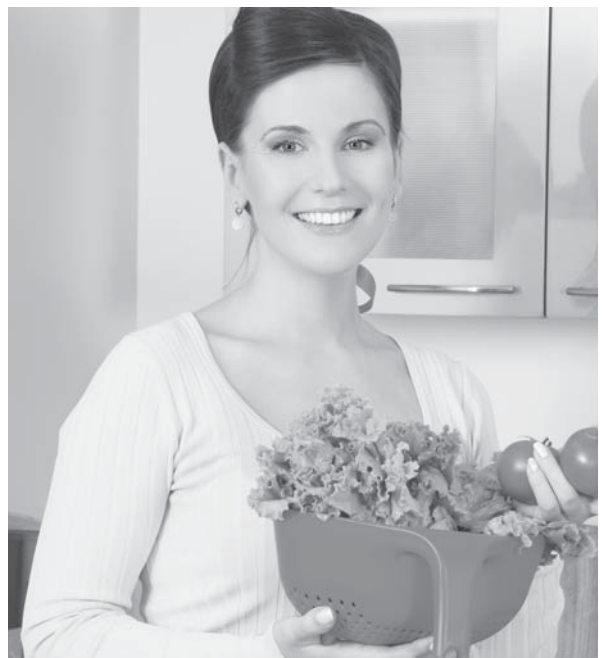
Deshalb sollte man nicht groß herumexperimentieren. Das beste und zuverlässigste Mittel, um rasch abzunehmen, ist eine reduzierte, gewohnte Vollkost, dazu eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr und die Unterstützung

des Körpers bei der Fettverdauung durch viel Bewegung und eventuell durch die Einnahme pflanzlicher Wirkstoffe wie beispielsweise des Artischockenextraktes.

Eine ergänzende Einnahme von Vitaminen und Mineralstoffen kann den Fettabbau zusätzlich stimulieren.

Dazu gibt es in der Apotheke zahlreiche bewährte Produkte, die auch ohne Umstellung der Essgewohnheiten bei verringerten Essmengen dazu beitragen können, bald wieder das alte Gewicht zu erreichen.

In unserer Apotheke können wir Sie in allen Ernährungsfragen umfassend beraten.



Das beste und zuverlässigste Mittel, um rasch abzunehmen, ist eine reduzierte, gewohnte Vollkost.