

DR. MED.

**Mariana Redl**

Fachärztin für Anästhesie- und Intensivmedizin

## Gewichtsreduktion nach Professor Simeons

Schon vor 40 Jahren wies der britische Endokrinologe Dr. Simeons darauf hin, dass Körperfettlager auf verschiedene Diäten unterschiedlich reagieren. Er unterscheidet drei Arten von Fett: das Reservefett unter der Haut, das Strukturfett, eine Art natürliches Verpackungsmaterial für die Organe und das diätresistente Depotfett.

Bei einem Menschen mit funktionierendem Fettstoffwechsel genügt eine quantitative Einschränkung der Nahrungsmenge, um die gewünschte Figur zu erreichen. Bei Störungen, die meist vererbt sind, schwindet das für das gesunde Aussehen wichtige Reservefett, und ein oft beträchtliches Fettlager (Depotfett) bleibt. Die fettlösende Wirkung des Schwangerschaftshormons HCG fand Simeons unter anderem während seiner Forschungsarbeiten mit fettsüchtigen Jungen in Bombay heraus.

Der natürliche Plazentawirkstoff, humanes Choriongonadotropin (HCG) bewirkte u.a. eine Umverteilung von Fett am ganzen Körper. Auf diese durchaus positive Nebenwirkung stützt sich auch Simeon's HCG Therapie. Diese Substanz löst ein Fett im Körper, das sonst nicht angegriffen wird. Daher verzeichnen wir ausgezeichnete Erfolge nicht nur bei generalisiert übergewichtigen Patienten, sondern auch bei normalgewichtigen Personen mit diätresistenten Problemzonen. Störende Fettpolster an Hüften und Rücken, Oberschenkel und Oberarmen verschwinden genauso wie Reithosen und Zellulitis.

Die ambulante Behandlung besteht aus einer fettlosen, kalorienarmen Diät die das überflüssige Reservefett schmelzen lässt.

**Ernährungsmedizin**

**ästhetische Medizin**

**Psychotherapeutische Medizin**

Die zusätzlich verabreichten Injektionen von HCG während eines Zeitraumes von 21 bis 42 Tagen bauen das Depotfett ab.

Keine andere Diät kann deshalb eine so erstaunliche Veränderung der Körperkonturen erzielen. Sogar Cellulite bessert sich deutlich.

Die Therapie erfordert allerdings vom Patienten wie auch vom Arzt Disziplin und Einsatzbereitschaft. Sie muss genau nach Plan durchgeführt werden, sonst ist der Erfolg der Kur nicht garantiert. Die Freude am Essgenuss bleibt erhalten. Während der Diät findet im Körper eine enorme Abschwemmung des gelösten Fetts statt. Oft muß man sich regelrecht zwingen, das Vorgeschriebene ohne Hungergefühl aufzuessen.

Auf dem täglichen Menüplan stehen zwei Mahlzeiten, bestehend aus 100 Gramm Eiweiß, wenig Kohlenhydraten, Frischgemüse ohne Fett zubereitet und Obst. Die Patienten sind während der Kur in der Regel voll arbeitsfähig, zeigen keine Müdigkeit und fühlen sich richtig wohl, selbst bei 13, 17 oder sogar 20 Kilo Gewichtsverlust.

Unerwünschte Nebenwirkungen konnten über all die Jahre nicht festgestellt werden.

Der äußerst wichtige Beitrag des Arztes zum Kurerfolg besteht aus der Überwachung der eingehaltenen Essdisziplin, da den Patienten oft erst eine Art Ess-Sucht-Verhalten abgewöhnt werden muss, sowie die HCG Verabreichung dreimal in der Woche. Wichtig ist auch eine reichliche Flüssigkeitszufuhr.

Während der ebenfalls kontrollierten Nachkur wird das erlernte Essverhalten getestet. Gründe für etwaige Gewichtsschwankungen werden erläutert.