

Dr. med.

**Mariana Redl**

Fachärztin für Anästhesie- und Intensivmedizin

## ДА ОТСЛАБНЕМ ХАРМОНИЧНО С КРАСИВА ФИГУРА

Още преди 40 години английският ендокринолог д-р Симеонс обръща внимание върху факта, че депата от телесна мазнина реагира различно на различните диети.

Той различава три вида мазнини: резервната мазнина под кожата, структурната мазнина, един вид опаковъчен материал за органите и резистентната към диетите мазнина в депата.

При хора с функционираща обмяна на веществата е достатъчно да ограничат количеството на храната, за да постигнат желаната фигура. При смущения, които обикновено са наследствени, важната за здравия вид резервна мазнина изчезва и остава често немалко депо мазнина. Разтварящото мазнината действие на хормона на бременността HCG Симеонс открива между другото по време на изследователската си работа с момчета с наднормено тегло в Бомбай. Естествената съставка на плацентата, човешкият хорионгонадотропин (HCG/ЧХГ) предизвиква между другото преразпределение на мазнината по цялото тяло. На това напълно положително странично действие се базира HCG-терапията на Симеонс. Тази субстанция разтваря мазнина, която иначе не бива атакувана. Поради това ние отбелязваме отлични успехи не само при пациенти с общо наднормено тегло, а и при пациенти с нормално тегло с резистентни на диети проблемни зони. Дразнещите мастни възглавнички на ханша, бедрата, гърба и ръцете изчезват точно така, както бричовете и целулитът.

Амбулаторното лечение се състои от ниско-калорична диета без никаква мазнина, която кара излишната резервна мазнина да се топи. Допълнително слага-

**Ernährungsmedizin**

**ästhetische Medizin**

**Psychotherapeutische Medizin**

ните инжекции с HCG в период от 21 до 42 дни разгражда мазнината в депата. Заради това никоя друга диета не може да постигне такова удивително изменение на контурите на тялото.

Даже целулитът се подобрява значително. Лечението изисква разбира се както от пациента, така и от лекаря дисциплина и готовност за действие. То трябва да се провежда по план, иначе не е гарантиран успехът му. Радостта и насладата от храната се запазват. По време на диетата в тялото става огромно отмиване на разтворената мазнина. Често човек трябва направо да се насилва да изяде предписаната храна, без да има чувството на глад.

В ежедневно меню са включени две хранения, състоящи се от 100 грама белтък, малко въглехидрати, пресен зеленчук, приготвени без мазнина и плодове. По време на лечението пациентите по правило са напълно работоспособни, не показват умора и се чувстват истински добре, дори при загуба на 13, 17 или даже 20 кг. от теглото.

През всички тези години не бяха установени никакви нежелани странични действия.

Изключително важният принос на лекаря за успеха на лечението се състои в наблюдението на спазваната дисциплина на хранене, тъй като пациентът често първо трябва да бъде отучен от един вид зависимост от храненето, както и в инжектирането на HCG три пъти в седмицата. Важно е също приемането на обилно количество течност.

По време на контролирания период след терапията се проверява заученото поведение на хранене. Изясняват се причините за евентуални колебания на теглото.