

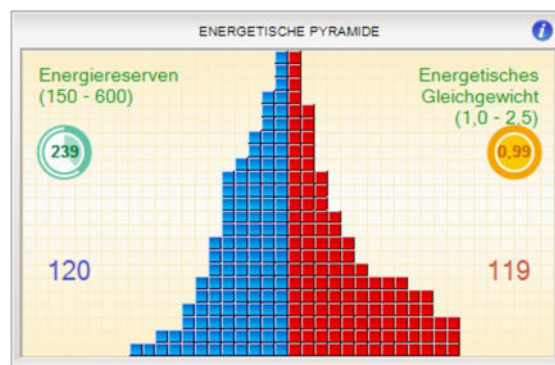
# Naturheilpraxis Aktuell

## „Stoffwechsellanregung: der zentrale Schlüssel in der medizinisch begleiteten Gewichtsreduktion“

von **HP Kirsten Valentiner**

Der Traum von der Wunschfigur ist ein ungebrochenes Anliegen vieler Patienten in der Ernährungsberatung. Ein zentraler Faktor - **die individuelle Stoffwechselleistung** - für einen gewünschten und nachhaltigen Gewichtsverlust bleibt in den meisten Fällen jedoch auch heute häufig noch völlig unbeachtet oder zumindest vernachlässigt.

Patienten, die mit erhöhtem Gewicht in die Praxis kommen, haben meist auch erhöhte Blutfettwerte, Hypovitaminosen, Schilddrüsenunterfunktion und damit verbunden einen verlangsamten Stoffwechsel. Ein Körper, der diesen Dysregulationen ausgesetzt ist, steht förmlich unter Stress. Dieser Stoffwechselstress lässt sich mit den Darstellungen im Nilas HRV-System abbilden.



Die Energetische Pyramide im HRV-System Nilas MV® mit dem Index „Energetisches Gleichgewicht“

### Die Energetische Pyramide und Stoffwechsel

Die Pyramide zeigt mithilfe der blauen Werte (anabol = aufbauend) und der roten Werte (katabol = abbauend) das energetische Gleichgewicht in den Organen und Subsystemen. Sie stellt die Energieaufnahme und den Energieverbrauch des Organismus gegenüber (Quelle: Handbuch Nilas). Befinden sich diese beiden Prozesse im ungefähren Ausgleich, spricht man in diesem Fall von einem „metabolischen“ Gleichgewicht.

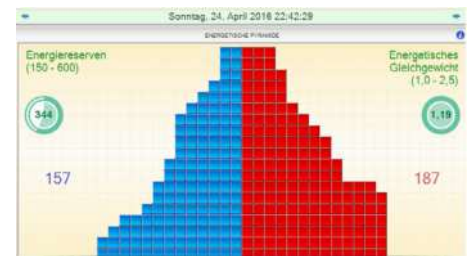
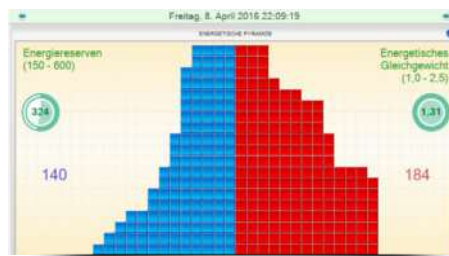
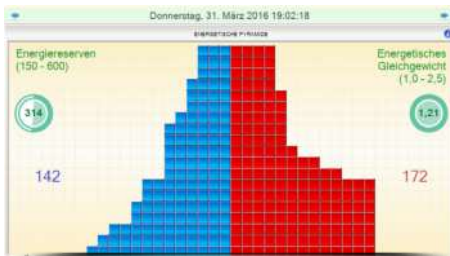
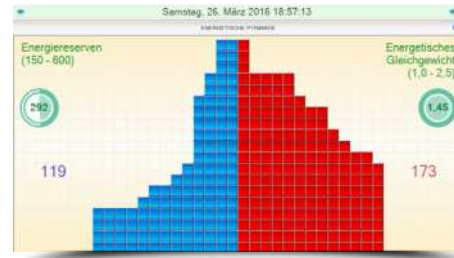
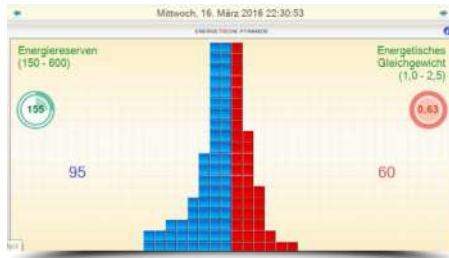
### Der „Normalfall“ in der Praxis

Häufig entsprechen Patienten mit Gewichtsproblemen nicht diesem „Normalfall“. Sie zeigen bei den aufbauenden Prozessen (blau = anabol) deutlich höhere Werte als bei den abbauenden Prozessen (rot = katabol). Es kommt einem geradezu so vor, als wenn der Körper nichts loslässt und der Metabolismus nur unter äußersten Kraftanstrengungen seine täglichen Aufgaben erfüllt. Vielfach berichten diese Patienten auch von dauerhaften Obstipationen.

Daraus ergibt sich, dass bei diesen Patienten eine Stoffwechselanregung essentiell ist, um eine nachhaltige Gewichtsreduktion und damit auch eine Verringerung aller medizinischen Risikoparameter zu erreichen.

## Stoffwechseln

Die Mittel und Methoden hierfür sind vielfach. Homöopathische Mittel wie Graphites oder Fucus vesiculosus, sanfte Entgiftungsmethoden mit Schüssler Salzen oder einem Derivatio, das Auffüllen von orthomolekularen Nahrungsergänzungen (bspw. Vitamin D3, Vitamin B12 und Omega-3-Fettsäuren), eine vitaminreiche Kost sowie ausreichend Bewegung und Flüssigkeitszufuhr bewirken sehr schnell eine Stoffwechselanregung. Dies zeichnet sich im Verlauf in der Energiepyramide ab.



Die Verlaufsentwicklung der Stoffwechseltherapie in der Energetischen Pyramide des HRV-Systems Nilas MV®

Während der Therapie wird alle 2 Wochen mit dem Nilas HRV-System nachgemessen. Sehr häufig zeigt sich bereits nach ca. 8 bis 10 Tagen eine signifikante Erhöhung der Energiereserven insgesamt (ab 150 beginnt die Norm). Ein ausschlaggebender Beleg, dass der Stoffwechsel sehr gut läuft, ist, wenn im Laufe der Therapie der rote Anteil (abbauend) deutlich größer wird als der blaue Anteil (aufbauend).

## Effizienz steigern mit HRV-Checkups

Durch die Reinigung des Organismus, die Kräftigung der Ausleitungsorgane und eine Unterstützung mit der Atemtherapie und/oder dem Soundmodul aus dem Nilas-System gerät der Patient zunehmend in ein ausgewogeneres und entspannteres Körpergefühl.

Die Kontrollmessungen sind sowohl für den Therapeuten als auch für den Patienten ein aussagekräftiger und motivierender Beweis, dass die Stoffwechseltherapie auf dem richtigen Weg ist. Der therapiebegleitende Einsatz der HRV in der Ernährungsberatung und dabei ganz besonders in der medizinischen Gewichtsreduktion ermöglicht dem Anwender, die Hintergrundzusammenhänge auch über die Energiepyramide hinaus besser zu erkennen.



### Kirsten Valentiner

ist Heilpraktikerin und langjährige Nilas-Anwenderin in eigener Praxis im Norden Hamburgs mit Schwerpunkt Ernährungstherapie und Gesundheitsberatung.

[www.kvantensprung.de](http://www.kvantensprung.de)

[www.nilas-mv.com](http://www.nilas-mv.com)