



Dr. med. Axel Müller



In nur 4 Schritten zum Wunschgewicht.

Ihr Weg in ein aktiveres, schlankeres Leben: Besuchen Sie uns!

Vorsorgen ist immer besser als Heilen. Wer sein Gewicht kontrolliert und auf einem gesunden Niveau hält, der tut aktiv etwas für seine Lebensqualität. Deshalb konnten wir Sie hoffentlich davon überzeugen, dass eine dauerhafte Gewichtsabnahme viel leichter zu erreichen ist, als Sie vielleicht dachten:

Greifen Sie einfach zum Telefon und vereinbaren Sie einen Termin. Für alles Weitere sorgen wir in unserer Praxis – wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Dr. med. Axel Müller
Praxis für integrative Schmerztherapie und Prävention
Frankfurter Strasse 14
64293 Darmstadt
Telefon: 0 61 51 – 6 60 70 58
E-Mail: hallo@praxisdoktormueller.de
www.praxisdoktormueller.de



1. Informieren und Sattessen
Nachdem Sie sich für die medizinisch betreute HCG-Diät entschieden haben, führen wir mit Ihnen ein detailliertes Beratungsgespräch, bei dem wir Ihren Gesundheitszustand checken, Sie zum ersten Mal wiegen, den genauen Ablauf der Diät besprechen und die Termine für die Folgekonsultationen festlegen.

Bei diesem Gespräch erhalten Sie auch unseren sechswöchigen HCG-Diätplan, in dem die Abläufe und Termine schriftlich festgehalten sind. Ergänzt wird der Diätplan durch Verhaltens- und Rezepttipps für das optimale Gelingen Ihrer HCG-Diät-Kur. Dann geht es los und zwar mit zwei „Schlemmertagen“ – 48 Stunden lang dürfen Sie alles essen, was Sie wollen und so viel Sie wollen!

2. Die dreiwöchige Diät-Phase
Ab sofort erhalten Sie täglich eine individuell auf Sie und Ihren Körper abgestimmte Dosis des HCG Hormonpräparates. Parallel dazu beginnen Sie, nur max. 700 Kilokalorien am Tag zu sich zu nehmen, die sich aus Eiweiß, Obst und Gemüse zusammensetzen. „Schlechte Kohlehydrate“, Fett, Zucker und Alkohol sind absolut tabu! Die Details stehen in Ihrem persönlichen Diätplan.

In dieser Zeit kommen Sie wöchentlich in die Praxis, zum Wiegen und um Ihre Fortschritte und Ihr Allgemeinbefinden zu besprechen.

Da Ihre Leistungsfähigkeit erhalten bleibt, sollten Sie sich moderat bewegen, um besonders erfolgreich abzunehmen. **Bis zu 8 Kilo in 3 Wochen sind möglich!**

3. Die dreiwöchige Übergangsphase
Die HCG-Injektionen sind zuende, nun gilt es den Körper wieder auf „normal“ einzustellen. In den ersten drei Tagen sollten Sie weiterhin bei je 700 Kilokalorien bleiben, bis das HCG komplett abgebaut ist. Danach sind erste Kohlehydrate wieder erlaubt. Genauere Informationen hierzu finden Sie in Ihrem Diätplan. Sie kommen immer noch regelmäßig in die Praxis, zum Wiegen und um die weitere Entwicklung zu kontrollieren.

Gegen Ende dieser Phase führen wir ein weiteres Beratungsgespräch, in dem wir gemeinsam entscheiden, wie Sie dauerhaft ein gesundes und schlankes Leben führen können, ob weitere Maßnahmen sinnvoll sind oder ob Sie mit Ihrem neuen Gewicht bereits zufrieden sind.

4. Die Stabilisierungsphase
Glückwunsch! Sie leben „normal“ und essen nach den neuen Regeln, die Sie sich angewöhnt haben. Ihr Gewicht kontrollieren Sie jetzt regelmäßig selbst. Abweichungen sollten nie mehr als 1 KG betragen! Ihr Gewicht stabilisiert sich und bildet jetzt den Richtwert für Ihre Zukunft.

Ihr Schnell-Start in ein gesünderes, schlankeres Leben!



Die HCG-Diät >>

Abnehmen im Turbo-Tempo, ohne Jojo-Effekt, ohne Hungergefühl, und genau an den richtigen Stellen!

Jeder weiß es: Schlank sein ist gesund und macht Spaß. Man ist aktiver, attraktiver und besser gefeit gegen Krankheiten oder Beschwerden. Bei den meisten Menschen steht „Abnehmen“ ganz oben auf der Liste der guten Vorsätze – wenn es doch nur schneller ginge und nicht so verflucht schwierig wäre!

Glücklicherweise gibt es medizinisch unterstützte Methoden, die zumindest den Start in ein schlankeres, aktiveres Leben erleichtern und beschleunigen. Die hormongestützte HCG-Diät ist eine solche Methode, die Ihnen erlaubt, **in nur drei Wochen bis zu 8 Kilo abzunehmen!**

„Acht Kilo in drei Wochen? Wie soll das gehen?“

Tatsache ist: die HCG-Diät funktioniert tatsächlich, indem sie das Hungergefühl unterdrückt und genau die inneren Körperfettdepots (z.B. an Bauch, Po und Beinen) abschmilzt, die so schwierig loszuwerden sind – auch nicht mit Sport oder anderen Diäten.

Auf diesen Seiten geben wir Ihnen einen Einblick in die wirksame Funktionsweise des körpereigenen menschlichen Hormons HCG und stellen Ihnen so eine Möglichkeit vor, wie Sie Ihre Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Attraktivität bewahren bzw. wieder erlangen können!

Auf den ersten Blick ähnelt das HCG-Prinzip vielen herkömmlichen Diäten: extreme Kalorienreduktion, fettarme Ernährung, viel Trinken und Bewegung stehen im Vordergrund.

„Das hört sich genauso mühsam an wie jede andere Hungerkur.“

Bei der HCG-Diät gibt es jedoch einen entscheidenden Unterschied: Über den Zeitraum von drei Wochen wird dem Körper das Hormon „Humanes Choriongonadotropin“ (= HCG) zugeführt. Seine Wirkungsweise hat einige Vorteile, die wir im Folgenden gerne näher erläutern.

Das Hormon HCG wird in der Schwangerschaft gebildet und gewährleistet die Versorgung von Mutter und Kind während Notzeiten, also z.B. bei Unterernährung. HCG sorgt dafür, dass der Körper der Mutter fit und gesund bleibt, indem er an seine eigenen Fettreserven geht.

„Ein Schwangerschaftshormon? Und was ist mit Männern, die abnehmen wollen?“

Alle menschlichen Hormone kommen sowohl bei Männern als auch bei Frauen vor – geschlechtsspezifisch ist nur die jeweilige Menge. Auch Frauen produzieren Adrenalin – obwohl es bei Männern in einer viel höheren Konzentration vorkommt. Bei HCG muss man sich das ähnlich vorstellen – es kommt in geringerer Dosierung ebenso bei Männern natürlich vor. Auch Frauen, die die Anti-Baby-Pille einnehmen, können bedenkenlos an einer HCG-Diät teilnehmen.

Die Pluspunkte sind offensichtlich: während der Diät bleiben Sie leistungsfähig, Magenknurren und Verstimmungen bleiben aus und es verschwinden genau diejenigen tiefsitzenden Fettdepots, die gesundheitlich besonders gefährlich sind!

Zusätzlich hat HCG angenehme Nebeneffekte. Hört man nicht häufig, dass Schwangere „strahlend“ aussehen und eine tolle Haut haben? Richtig – auch dafür ist HCG mitverantwortlich. Deshalb berichten viele Diät-Teilnehmer von einer stimmungsaufhellenden Wirkung und einer Verbesserung ihres Hautbildes.

Dennoch geht es nicht ganz ohne Disziplin und eigene Anstrengung. Der HCG-Diätplan sieht vor, dass die Kalorienzufuhr drei Wochen lang auf maximal 700 Kilokalorien am Tag reduziert wird. Zusätzlich gibt es klare Regeln, was gegessen wird und wie es zubereitet werden darf.



Doch nur Mut – dabei helfen wir Ihnen natürlich mit vielen Tipps und Hinweisen! Und dank HCG haben Sie dieses Mal Ihr Hungergefühl absolut im Griff!

Aufgrund der geringen, individuell festgelegten HCG-Dosis sind Nebenwirkungen bei dieser Diät ausgeschlossen. Es gibt auch keinerlei Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten.

Wer gut auf HCG anspricht, kann die Diät mit einigen Monaten Abstand jederzeit wiederholen, ohne ein gesundheitliches Risiko einzugehen

„Gibt es einen Jojo-Effekt?“

Nein, bei einer HCG-Kur gibt es keinen Jojo-Effekt. Die Diät zielt – übrigens wie alle seriösen Diäten – auf eine langfristige Ernährungs- und Stoffwechsellumstellung. Beim Start in dieses neue gesündere Leben hilft HCG allerdings enorm!

Wie unser HCG-Diät-Programm Schritt für Schritt abläuft, worauf Sie dabei achten müssen und wieviel Zeit Sie insgesamt benötigen, erklären wir Ihnen auf der Rückseite dieser Info-Broschüre genauer. Selbstverständlich stehen wir Ihnen jederzeit für ein persönliches Gespräch zur Verfügung.