



Zucker - Genuss oder Sucht ?

Süße Weihnachten ohne Reue genießen

Der Gründer des Weiss Instituts Amir Weiss hat eine Methode entwickelt, um Teilnehmer auf natürlichem Weg langfristig von Süchten zu befreien, auch von Zucker. Er handelt nach einem ganzheitlichen Ansatz, der nicht nur einzelne Krankheitsbilder betrachtet, sondern den gesamten Energiefluss des Körpers in Balance bringt. Er zitiert Hippokrates, den berühmtesten Arzt der Antike: "Eure Nahrung sei eure Medizin und eure Medizin eure Nahrung." Laut Herrn Weiss ist diese zeitlose Sichtweise in unser modernes Weltbild zu integrieren wichtiger denn je.

37 Kilogramm Zucker pro Jahr oder 100 Gramm täglich isst der Deutsche. Eine große Menge davon versteckt sich unter ganz verschiedenen Namen in Fertigprodukten und wird unbewusst aufgenommen.* Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt, höchstens 10% der täglichen Energiemenge in Form von Zucker aufzunehmen. Bei einem durchschnittlichen Bedarf von ca. 2.000 kcal einer erwachsenen Frau bedeutet das: 50 Gramm Zucker pro Tag.

Zucker wirkt sich negativ auf den Körper aus. Er macht antriebslos, depressiv und krank, abgesehen von Übergewicht, Verdauungsproblemen, Allergien und Karies. Jedoch muss man zwischen raffiniertem und natürlichem Zucker unterscheiden. Die natürliche Form in Früchten, Gemüse oder vollwertigen Lebensmitteln ist gesund und notwendig.

Doch Zucker wie in Weißmehl und Schokolade ist ein krankmachender Störfaktor. Im Weiss Institut ist man überzeugt, dass die erforderlichen Funktionen in uns reibungslos ablaufen und so einwandfrei ineinander greifen, dass sie insgesamt ein harmonisches Ganzes bilden. Das treffe nicht nur auf die körperlichen Aspekte des Menschen zu, sondern auch auf die energetischen.

Die Behandlung für ein zuckerfreies Leben beginnt im Weiss Institut mit einem Vorbereitungsgespräch und einer individuellen Behandlung, gefolgt von einer vierwöchigen sanften Reinigungsphase. Anschließend haben die Teilnehmer kein Verlangen mehr nach Zucker. Heißhungerattacken bleiben aus und das Allgemeinbefinden verbessere sich deutlich.

Warum nimmt der Genuss von Haushaltszucker suchtsähnliche Züge an?

Man vermutet, dass der Körper durch Heißhungerattacken auf den Mangel an lebensnotwendigen Stoffen aufmerksam macht. Wird der Forderung bei der nächsten Mahlzeit nicht nachgekommen, entsteht ein Kreislauf. Da in den Gerichten durch ungünstige Garzeiten und lange Transporte oft zu wenig Vitamine, Mineralien und Spurenelemente enthalten sind, kompensiert der Organismus das Defizit mit der nächsten, süßen Fressattacke.

Das Weiss Institut nennt fünf sichere Anzeichen für Zuckersucht:

Süßigkeiten sind ständig griffbereit. Sobald der Vorrat zur Neige geht, macht sich ein starkes Unwohlsein breit.

Süßes oder Brot wird nicht im Maß, sondern in Massen genossen und als Mittel zur Stressbewältigung genutzt. Hinzu kommen Stimmungsschwankungen bei Entzug und vermehrte Erkältungserkrankungen durch Immunschwäche. Denn die Darmflora, der Sitz des Immunsystems, wird durch zu viele Hefebakterien besiedelt. Das Ungleichgewicht dieser Bakterienkulturen entsteht auch durch zu viel Zucker, Hefe und Gluten.

Zucker gilt als schneller Energielieferant, weil er sofort ins Blut geht. Vor allem bei Leistungsdruck ist er ein Hilfsmittel. Er fungiert aber auch als Trostspender oder Belohnung in emotional schwierigen Situationen. Bei Einsamkeit, Liebeskummer oder Niederlagen solle er die Psyche aufmuntern. Auch die Werbung suggeriert paradoxerweise, dass Süßes wie Schokoriegel oder spezielle Drinks Kraft und Schwung vermittelt. Kurzfristig empfindet man ein energiegelades Wohlfühlgefühl, das jedoch schnell wieder nachlässt. Auch das legale Suchtmittel Alkohol besteht zu einem großen Teil aus Zucker.

Pressekontakt

München Presse

Herr Marcus Tull
Wolfratshauer Str. 94
81379 München

muenchen-presse.de
info@muenchen-presse.de

Firmenkontakt

Weiss Institut Berlin

Herr Amir Weiss
Hans-Otto-Str 30
10407 Berlin

zucker-frei.de
joachim.deichert@zucker-frei.de

Weiss Institut - Natürlich suchtfrei leben

Das Weiss Institut ist seit über 25 Jahren spezialisiert auf die Entwöhnung lästiger Gewohnheiten und der Behandlung von immer wiederkehrenden Handlungen. Wir unterbrechen Ihren Suchtkreislauf und mit unserer langjährigen Erfahrung haben wir bereits tausenden von Menschen erfolgreich geholfen, sich einfach von Ihren ungewollten Gewohnheiten zu befreien.

Anlage: Bild

