

Was ist metabolic balance ® und was unterscheidet dieses Konzept von Diäten?

Metabolic balance ® ist ein vom deutschen Arzt Dr. med. Funfack entwickeltes Ernährungsprogramm. Dr. Funfack lebt in der Nähe von München und hat in über 25 Jahren Praxiserfahrung mit ernährungsbedingten Erkrankungen festgestellt, dass mit einer Ernährung, die den individuellen Stoffwechsel optimal unterstützt, Heilungsprozesse und Reduktion von Übergewicht als „Nebenwirkungen“ ganz automatisch erfolgen. Die Besonderheit von metabolic balance ® ist, dass auf Grund eines umfangreichen Bluttests 36 einzelne Parameter bestimmt werden, aus denen nach einer geheimen Formel der individuelle Stoffwechsel bestimmt wird. Darauf basierend wird der Ernährungsplan aus natürlichen Nahrungsmittel so zusammen gestellt, dass dieser den Patienten in seinem Ziel - abzunehmen, Befindlichkeitsstörungen zu beseitigen, Gewohnheiten zu verändern, wieder leistungsfähig zu sein oder einfach den Stoffwechsel verbessern – so gut wie möglich - unterstützt. Während Herr Funfack dies früher sehr aufwändig manuell per Taschenrechner machen musste, ist heute ein modernes Rechenzentrum vorhanden, über das der metabolic balance ® Betreuer per Internet zugreift und den Plan online auswertet. „Persönliche Betreuung“, so Herr Funfack in einem Interview, „ist äußerst wichtig für den Patienten. Er braucht Einzel- oder Gruppenberatung, einen Ansprechpartner vor Ort, um für seine Fragen kompetente Antworten zu bekommen. Dafür haben wir extra ein Ausbildungskonzept entwickelt, durch das Ärzte, Ernährungsberater und Heilpraktiker gleiche Voraussetzungen erhalten.“ Während in diesem Punkt der Patient also auf einheitliches Grundwissen trifft und in der Betreuung mit einem Mindeststandard von sechs Beratungsterminen rechnen kann, ist die Umsetzung recht unterschiedlich. Während Ärzte das Konzept in den Praxisalltag integrieren und Heilpraktiker den Naturheilaspekt verfolgen, hat sich Jens Wiemeyer, Coach und Heilpraktiker für Psychotherapie aus Lauf auf die Betreuung von berufstätigen Patienten, spezialisiert. Er bietet unter anderem in arbeitnehmer-freundlichen Öffnungszeiten auch nach 18 Uhr noch individuelle Workshops über die Ernährungs- und Nahrungsmittelhintergründe an. Tipps zur Zubereitung, Entspannungsübungen, Gespräche zur Motivation und Stützung sowie vereinzelt Hypnosesitzungen helfen die typischen Blockaden einer dauerhaften Ernährungsumstellung erst gar nicht entstehen zu lassen. Gerade die Zielgruppe der Berufstätigen, aber auch Hausfrauen und Selbständige stehen unter dem Diktat von wenig Zeit. Zeitmangel, um die vielen Anforderungen aus dem Alltag und der Freizeit „erfüllen“ zu können. Gerade hier bietet das Konzept von B .i N spezielle Ansätze. Und genau die sind es auch, die metabolic balance ® von jeder anderen Diät unterscheidet: Ein ganzheitliches Programm – mit individueller Betreuung - genauso individuell, wie jeder Patient!

Übrigens, ein Tipp für Berufstätige: Im Jahressteuergesetz 2009, das am 28.11.2008 vom Bundestag verabschiedet wurde, ist eine vorteilhafte Neuregelung enthalten, die Leistungen des Arbeitgebers zur Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustandes und der betrieblichen Gesundheitsförderung mit bis zu 500 EUR pro Mitarbeiter und Jahr steuer- und sozialversicherungsfrei gefördert werden.

**© Jens Wiemeyer
B .i N Beratung und individuelle Weiterbildung
Coaching – Qualifizierung – Training
Hersbrucker Str. 2
91207 Lauf**