

Lëtzebuerg

Privat

Unabhängige Wochenzeitung
für Luxemburg

3,50 €
7. Jahrgang

Nr. 320 - Woche 11
15.3.2013 - 21.3.2013



**Maria Teresa und Léa kämpfen
gemeinsam gegen die Pfunde**

Die Wunderdoktorin aus dem Saarland hilft



Léa und Maria Teresa: Kampf den Pfunden!

Ernährung und Gewicht – hier, dass das zusammenhängt. Das weiß auch die Großherzogin. Maria Teresa will mal wieder etwas für sich tun – für die Gesundheit, für das Aussehen. Einen Tipp hat sie von Ster-Köchin Léa Linster bekommen. Anna-Luise Rinneberg, die Saarländerin ist Fachfrau für Ernährungsmedizin und Gewichtsreduktion! Eine wahre Wunderdoktorin. Gemeinsam mit ihr wollen Köchin und Großherzogin den Kampf aufnehmen – gegen die Pfunde auf den Hüften. Abnehmen im gemeinsamen letzten Anlauf.

Bei der Prinzenhochzeit sind sie sich begegnet: Luxemburgs Großherzogin und die Gurusgöttin des Landes! Maria Teresa und Léa Linster. Sie sind sich nicht nur begegnet – sie haben lange und ausführlich miteinander gesprochen! Klar – denn es ging um die Hochzeit des Erbprinzen. Maria Teresa wollte alles perfekt organisieren. Das gelang ihr auch. Eine Riesenaufgabe, in die sie sich wirklich reingehangen hat!

Im Zentrum des Interesses? Da standen drei Dinge: das Hochzeitskleid von Stéphanie, die kirchliche Zeremonie in der Kathedrale. Und: Das Essen!

Dafür hat sich die Großherzogin sehr interessiert, deshalb hat sie sich auch öfter mit Léa Linster getroffen. Sie sprachen über das Menü. Über die Tischdekoration. Sprachen dabei auch über Lieblingsfarben und Mode. Sogar Handtaschen sollen Thema gewesen sein. Es ging um alles und nichts. Gott und die Welt. „Die beiden haben gesprochen wie alle anderen Frauen auf der Welt auch“, berichtet eine Hofmitarbeiterin, „ganz normal. Wie Nachbarinnen. Ein kleines bisschen vertraut war das schon...“ Und: Es ging auch ums eigene Gewicht!

Und irgendwann rutschte es der Großherzogin einfach raus. Dass sie sich wahnsinnig auf das Essen freut. Und wie lecker es bestimmt wird. Und dass sie ja auch eine

überflüssige Pfunde mit. Davon verschwindet zwar ein Teil wieder, ein Teil bleibt aber auch. Zunehmen wie eine Springprozession: Zwei Pfund drauf, eine weg. Und mit medizinischer Begleitung? Fällt der Jojo-Effekt weg?

„Egal, wer der Vater einer jeden Erkrankung ist“, warnt Abnehm-Spezialistin Rinneberg. „Die Mutter ist immer die Ernährung!“ Die Warnung geht weiter: „Übergewicht ist mehr als ein Schönheitsproblem!“ Deutlich zuviel Übergewicht geht oft einher mit Krankheitszeichen: hoher Blutdruck, zu hohe Blutzuckerwerte, Diabetes, Gelenkverschleiß. Sogar zu Schlafstörungen kann es kommen. Deshalb packt die Saar-Ärztin es an. Wenn Maria Teresa und Léa Linster in Behandlung kommen, dann setzt sie vorne an. Ausführliche Untersuchung – die steht an. „Ohne geht es nicht“, sagt Dr. Rinneberg.

Danach weiß sie mehr. Stellt einen Ernährungsplan auf. Und sie setzt auf realistische Ziele. Wer sich zuviel vornimmt, verliert! „Diese Ziele vereinbaren wir gemeinsam mit den Patienten“, weiß die Wunderärztin. Ihr Schlüssel zum Erfolg!

Patientinnen weiter zu entschlacken. Wenn es dann noch Fettpösterchen gibt, die trotz Diät und neuer Ernährung einfach nicht verschwinden wollen? „Dann kann man Injektionspolyse einsetzen!“ Die Fett-weg-Spritze! Wird mit ultrafinen Nadeln direkt ins Fettpösterchen gesetzt. Das Fett löst sich auf, wird über ein paar Wochen über den Stoffwechsel vom Körper verbraucht. Körperformung ohne Chirurgie-Messer. Lifting ohne Operation!

Vor Jahren schon haben Rinneberg und Léa Linster ein Anti-Aging-Menü kreiert und gekocht. „Genießen leben besser und gesünder“, haben sie damals gesagt – und treffen damit den Nerv der Großherzogin. Denn sie sind sich sicher: „Es muss nicht die Jagd nach Idealform oder das Streben nach Jugend sein. Jeder Körper lässt sich individuell für ein dauerhaftes Wohlbefinden konditionieren.“ Für Maria Teresa ist... **Mar:** **Gemeinsam mit Léa be- sagen** **gint ihr Kampf die Pfunde!**



... sie haben lange und ausführlich miteinander gesprochen! Klar – denn es ging um die Hochzeit des Erbgroßherzogs. Maria Teresa wollte alles perfekt organisieren. Das gelang ihr auch. Eine Riesen-Aufgabe, in die sie sich wirklich reingehangen hat!

Im Zentrum des Interesses? Da standen drei Dinge: das Hochzeitskleid von Stéphanie, die kirchliche Zeremonie in der Kathedrale. Und: Das Essen!

Dafür hat sich die Großherzogin sehr interessiert, deshalb hat sie sich auch öfter mit Léa Linster getroffen. Sie sprachen über das Menu. Über die Tischdekoration. Sprachen dabei auch über Lieblingsfarben und Mode. Sogar Handtaachen sollen Thema gewesen sein. Es ging um alles und nichts, Gott und die Welt. „Die beiden haben gesprochen wie alle anderen Frauen auf der Welt auch“, berichtet eine Hofmitarbeiterin, „ganz normal. Wie Nachbarinnen. Ein kleines bisschen vertraut war das schon...“ Und: Es ging auch ums eigene Gewicht!

Und irgendwann rutschte es der Großherzogin einfach raus. Dass sie sich wahnsinnig auf das Essen freut. Und wie lecker es bestimmt wird. Und dass sie ja auch eine regelrechte Nachkatze ist. Aber... „Aber“ – schaute sie an sich runter. Und Linster wusste sofort genau, worauf Maria Teresa anspielte. Verständnissvoll hat sie die Landesmutter angeschaut. Im Lauf der Zeit – da sammelt sich das ein oder andere Gramm an. 57 Jahre alt ist Maria Teresa jetzt. Noch ein paar Tage – und sie ist 58! Die letzte Chance, noch abzunehmen? Je älter man ist, desto schwerer wird es!

Linster vertraut ihrer Ärztin. Die ist aus Deutschland. Aus dem Saarland – aus Orscholz. Dr. Anna-Luise Rinneberg. Allgemeinmedizinerin. Fachgebiet: Ernährungsmedizin und Gewichtsreduktion!

„Ich bin schon seit Langem Patientin bei Dr. Rinneberg“, sagt Léa Linster zur Großherzogin, „und ich fühle mich da richtig gut aufgehoben.“ Die Großherzogin war interessiert. Sehr interessiert sogar. Denn ihr geht es wie vielen anderen: Da kommen Festtage, die bringen

...scheidung – der zum... „Ich... geht es nicht“, sagt Dr. Rinneberg. Danach weiß sie mehr. Stellt einen Ernährungsplan auf. Und sie setzt auf realistische Ziele. Wer sich zuviel vornimmt, verliert! „Diese Ziele vereinbaren wir gemeinsam mit den Patienten“, verrät die Wunderärztin. Ihr Schlüssel zum Erfolg!

...sich individuell für ein dauerhaftes Wohlgefühl konditionieren.“ Für Maria Teresa ist klar: Gemeinsam mit Léa be- gegen ginnst ihr Kampf die Pfunde!



Wenn der erste Speck verschwunden ist, geht das Programm weiter. Leber- und Blutfettwerte sind dann schon deutlich verbessert. Jetzt setzt die Ärztin „Ayurveda“ ein. Um das Bindegewebe zu stärken. Und um den Körper ihrer