



Regenerationsmedizin: Kommen Sie wieder in Balance

Übergewicht, Erschöpfung, Bluthochdruck, chronische Krankheiten

Jeder Zweite quält sich mit einem Zuviel an Pfunden. Stress und Dauerdruck sind allgegenwärtig. Viele Menschen nehmen regelmäßig Medikamente ein. Die Regenerationsmedizin verfolgt den Ansatz, den Körper wieder in Ordnung und in seine eigene Balance zu bringen. Wie, erklärt Frau Dr. med. Anna-Luise Rinneberg von LUISAN.



Statt Hungern und Diäten stehen bei LUISAN Lebensfreude und Genuss an gutem, der Gesundheit dienlichem Essen im Vordergrund



Bei LUISAN geht es um Entgiftung (Detox), Nährstoffausgleich und Unterstützung der Organfunktionen (besonders der Leber). Zum Einsatz kommen auch geprüfte Geräte zur Straffung des Bindegewebes und zum beschleunigten Abbau von Fettzellen.



Umgeben von schönster Natur und in der besonderen Atmosphäre einer alten Kirche erwartet Sie eine Kombination bewährter Naturheilkunde- und modernster schulmedizinischer Verfahren für Ihr Wohlbefinden

Fotos: © Jo Reinhardt



Herzlich willkommen bei LUISAN. Dr. med. Anna-Luise Rinneberg, Fachärztin für Allgemeinmedizin und Naturheilkunde mit ihrer Enkelin Helene.

Top Magazin: Neujahr beginnt für viele mit guten Vorsätzen: Endlich abnehmen, mehr Sport treiben und allgemein gesünder leben. Doch die wenigsten schaffen es, dies zu realisieren. Woran liegt das?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Weil guter Wille und Diäten allein nicht reichen. Diät bedeutet für viele Hungern und Verzicht, auch hat es wenig mit Lebensfreude zu tun. Übergewicht und Krankheiten wie Bluthochdruck oder Stoffwechselstörungen, oft die Folgen von einem Zuviel an Pfunden, sind immer ein Zeichen dafür, dass im Körper und/oder auch im seelischen Wohlbefinden etwas aus der Balance geraten ist. Meist geschieht dies schleichend, unmerklich über Jahre. Das lässt sich in 14 Tagen mit einer Umstellung auf eine Eiweißdiät oder dem Weglassen von Kohlenhydraten nicht mal eben reparieren.

Top Magazin: Im Centrum für Regenerationsmedizin LUISAN, deren ärztliche Leiterin Sie sind, begleiten Sie seit über zehn Jahren Menschen zu ihrem Wohlfühlgewicht. Sie werben mit dem Slogan: „Nachhaltig abnehmen ohne Sportprogramm“. Was unterscheidet Ihren Ansatz von einer herkömmlichen Diät?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Lassen Sie mich an der Stelle etwas ausholen. In diesen zehn Jahren hat sich sehr viel bei LUISAN getan. Damals wuchsen die Erkenntnisse, dass es nicht die Fette, sondern die Kohlenhydrate sind, die zu

Übergewicht führen. Im Vordergrund stand eine Ernährungsumstellung, für die auch Eiweißprodukte eingesetzt wurden. Heute sind wir viel weiter. Die Umstellung der Ernährung ist immer noch ein wesentlicher Teil, aber es geht vielmehr darum, den Körper und die Körperzellen wieder dahin zu bringen, dass sie regulär arbeiten. Es geht um regenerative Prozesse. Wie bereits erwähnt ist Übergewicht ein Zeichen dafür, dass etwas aus der Balance und damit aus der Ordnung geraten ist. Wir bringen wieder Ordnung in den Körper und in das Leben und kommen zu dem zurück, was Hippokrates bereits 460 v. Chr. sagte: „Lasst eure Nahrungsmittel eure Heilmittel sein“.

Top Magazin: Sie sagen also Regenerationsmedizin statt Diät? Was genau bedeutet Regenerationsmedizin?

Dr. Anna-Luise Rinneberg: Regenerationsmedizin ist Lebensstilmedizin und lässt sich im Grundsatz mit der Renovierung eines Hauses vergleichen. Dort wird auch zuerst eine Bestandsaufnahme gemacht, dann folgt die Entrümpelung und schließlich die Sanierung. Auf den Körper übertragen bedeutet dies, mithilfe geeigneter Diagnoseverfahren wie dem Vitalscan (Messung der wichtigsten Vitalfunktionen ohne Blutabnahme) ermitteln wir, wo der Körper aus der Balance geraten ist, beziehungsweise woran es mangelt. Die heutigen Zivilisationskrankheiten sind Mangelkrankheiten: Es mangelt an Schlaf, es mangelt an Bewegung, es man-

gelt an frischer Ernährung, es mangelt an Funktion der inneren Organe. Arbeitet zum Beispiel die Leber nicht richtig – was bei 80 Prozent aller Übergewichtigen der Fall ist – kann es nicht gelingen, nachhaltig abzunehmen. Das Gleiche gilt für den Darm. Er ist mit dem Keller eines Hauses vergleichbar. Ist es hier nass und feucht, wird es auch mit der Sanierung schwierig. Man muss im Keller anfangen, das heißt, den Darm sanieren. Auch Entgiftung ist ganz wichtig. Umweltgifte wie Insektizide, Pestizide oder Autoabgase sind in einem hohen Maße daran beteiligt, dass Dinge ins Ungleichgewicht geraten, besonders im Nervensystem. Das Gleiche gilt für die Zellen, wenn essenzielle Nährstoffe oder Vitamine fehlen.

Bei der Sanierung geht es in erster Linie um die Gabe essenzieller Nährstoffe und Vitamine, allen voran um Vitamin C. Es ist ein Schlüsselvitamin fürs Bindegewebe und für eine straffe Haut. Und schließlich geht es auch um eine Umstellung der Ernährung hin zu einem bewussten, genussvollen Essen.

Mängel auszugleichen, die Organe und Körperfunktionen wieder in Balance und die Lebensfreude zurückzubringen, das ist unsere Aufgabe bei LUISAN. Die Gesundheit und das Wohlbefinden stehen im Vordergrund, Abnehmen ist sozusagen eine „angenehme Begleiterscheinung“.

Top Magazin: Vielen Dank für das nette Interview! ■

Für wen ist die Regenerationsmedizin bei LUISAN besonders geeignet?

Wer unter Gewichtsproblemen oder Erkrankungen leidet, bei denen die Lebensführung einen großen Einfluss auf deren Entstehung und Verlauf hat, für den ist die regenerative Medizin geeignet. Dazu zählen insbesondere:

- Übergewicht
- Stoffwechselstörungen
- Diabetes mellitus
- Herz-Kreislauf-Probleme
- Bluthochdruck
- Verdauungsbeschwerden
- Darmprobleme
- Chronische Erkrankungen wie Rheuma
- Erschöpfungszustände, Burn-out



Luisan - Centrum für Regenerationsmedizin
Dr. med. Anna-Luise Rinneberg

Franz-Altmeyer-Straße 25
D-66693 Mettlach-Tünsdorf
Telefon + 49 (0)68 68 - 12 68
Web www.luisan.de