



Warum nehme ich nur so schwer ab?  
Wieso kann ich mein Gewicht nicht halten?

## Warum nehme ich so schwer ab?

Das liegt größtenteils an Ihrer genetischen Veranlagung. Warum eine bestimmte Diät beim Einen gut funktioniert, beim Anderen jedoch kaum, liegt auch in unseren Erbanlagen - einem Umstand dem bisher kaum Rechnung getragen wurde.

Im Laufe der Evolution musste sich der Mensch immer wieder an neue Lebensbedingungen anpassen. Dieser Prozess verlief aber nicht bei allen Menschen gleich, daher entwickelten sich verschiedene genetische Stoffwechsel- bzw. Metabolismus-Typen, sogenannte MetaTypen.

Genauso wie Gene über unsere Augen- oder Haarfarbe entscheiden, unterscheiden wir uns in den Genvarianten voneinander, die etwas mit der Nahrungsverwertung und Fettspeicherung zu tun haben.

Jeder MetaTyp verarbeitet Lebensmittel (Kohlenhydrate, Proteine, Fette) anders. Ob man zunimmt oder nicht entscheidet also nicht nur die gegessene Kalorienmenge, sondern auch zu über 50% die individuelle Veranlagung. Sie müssen Ihre Ernährung daher auf Ihren MetaTypen abstimmen, wollen Sie effektiv abnehmen und viel einfacher das Gewicht halten.





## Was ist der LLiD Meta-Check?

Der LLiD Meta-Check® ist eine genetische Analyse Ihres Stoffwechsels. Als Probe genügt ein bequemer Wangenschleimhautabstrich. So kann die erforderliche Menge genetischen Materials (DNA) gewonnen werden, ohne eine unangenehme Blutabnahme. Ein Probenahme-Kit, Anleitung und Hilfe bei der Probenahme erhalten Sie in der Apotheke.

Der LLiD Meta-Check® ermittelt Ihren persönlichen MetaTyp. Dieses Wissen erlaubt Ihnen, Ihr Essen, Trinken und die sportlichen Aktivitäten auf Ihre genetische Veranlagung exakt abzustimmen und so deutlich besser abzunehmen.

Das Testergebnis aus dem Labor gibt darüber Auskunft, welche Nahrungsmittel Sie dick oder dünner machen und welche Sport- und Bewegungsarten für Sie ganz persönlich besonders geeignet sind, um abzunehmen. Als Ergebnis erhalten Sie eine detaillierte Auswertung mit praktischen Empfehlungen.

Es gibt 4 verschiedene metabolische Subtypen ( $\alpha$ ,  $\beta$ ,  $\gamma$ ,  $\delta$ ), die sich wiederum in zwei unterschiedlichen Sport-Varianten (endurance und speed) unterscheiden.



## Das Geheimnis vieler Hollywood-Stars

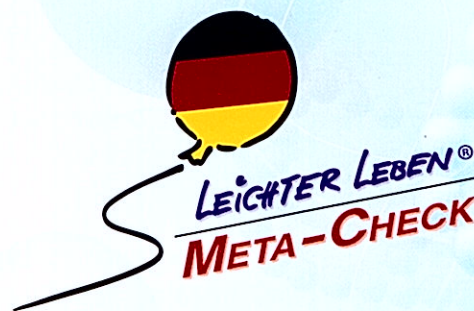
Eine an die eigene Genetik angepasste Ernährung hilft bei Übergewicht die richtigen Lebensmittel auszuwählen und erleichtert das Stabilisieren des Gewichtes. Untersuchungen aus den USA zeigen, dass sich Abnehmerfolge verdoppeln, beachtet man die genetische Veranlagung.

### Ihr Nutzen:

- Schnellere und bessere Abnehmerfolge
- Problemlose Gewichtskonstanz nach dem Abnehmen
- Keine massiven Einschränkungen beim Essen
- Das Ergebnis gilt ein Leben lang, da sich Gene nicht verändern
- Einfache und schnelle Probenahme durch Wangenabstrich
- Aussagen über Sportarten mit denen Sie besonders effektiv Kalorien verbrauchen

### Wichtige Information:

Es werden ausschließlich Ihre Stoffwechselfgene analysiert. Diese lassen keine Rückschlüsse auf Verwandtschaftsverhältnisse oder Krankheitsrisiken zu.



Bei Fragen wenden Sie sich bitte an uns.



scarabaeus  
apotheke

**Gudrun Kreusch** Fachapothekerin für Offizin-Pharmazie  
und Ernährungsberatung

Töpferstraße 17  
02625 Bautzen  
Tel. (0 35 91) 48 11 49  
Fax (0 35 91) 48 10 42

Bautzener Straße 2 b  
02681 Kirschau  
Tel. (0 35 92) 54 49 91  
Fax (0 35 92) 54 49 93

[www.scarabaeusapo.de](http://www.scarabaeusapo.de)