

FormVital Praxis

Ursula Elmiger



Frau Elmiger, Sie betreiben eine gut gehende Ernährungsberatung im Herzen der Schweiz. Was ist das besondere an der FormVital GmbH und Ihrer Praxis?

Das Therapieangebot meiner Praxis ist breit gefächert. Neben dem EPD®-Ernährungsprogramm und dem gesamten Salus-Angebot biete ich auch verschiedene Massagen, Ganzkörperwickel und Energiearbeit an. Die Ägyptos-Vitalwickel sind entschlackend, entsäuernd,

straffend und vermindern den Umfang. Die mit Heilerde und Meersalz getränkten Baumwollwickel werden erwärmt und mit einer speziellen, aufwändigen Wickeltechnik den ganzen Körper eingewickelt. Diese Wickel werden bei Hautkrankheiten, zur Straffung und zur Verschönerung des Hautbildes verabreicht. Die Patienten werden anschliessend in einen Ganzkörperanzug gehüllt, der das Auskühlen verhindert. Ergänzend bekommen die Patienten noch eine pflegende Handmaske und eine entspan-

nende Fussmassage. Meine Klienten fühlen sich entspannt, erfrischt und vital wenn sie meine Praxis verlassen und das macht natürlich auch mich glücklich. Während meiner 30jährigen Berufstätigkeit in verschiedenen Arztpraxen und medizinischen Labors habe ich festgestellt, dass falsche Ernährung zusammen mit Vitalstoffdefiziten zu zahlreichen Beschwerden und Krankheiten führen können. Vor 13 Jahren habe ich mich dann im Fachkurhaus Seeblick zur Stoffwechsel- und Vitalstofftherapeutin ausbilden lassen. Anschliessend folgte noch eine Weiterbildung zur Fachtherapeutin für orthomolekulare Medizin. Seither berate ich mit viel Freude und mit ganzheitlichem Ansatz meine Patienten – mit Erfolg, was ich aus der Rückmeldung der Kundschaft entnehmen kann.

Welches hauptsächlichste Patientenkontingent trifft man bei Ihnen an?

Es sind Klienten jeden Alters – vom Teenager bis zum älteren Menschen, Frauen wie Männer, die entschlacken, sich vitalisieren sowie Gewicht reduzieren möchten. Frauen kommen dabei vorrangig, um abzunehmen, während die Männer eher Kunden im Schwerpunktbereich HCK®-Mikronährstoffe sind. Geographisch kommen meine Patienten vor allem aus der Zentralschweiz. Manche nehmen auch einen weiteren Weg zu mir in Kauf. Eine Kundin ist in die Karibik ausgewandert, kommt einmal jährlich in die Schweiz und kommt dann jeweils in meine Praxis.

Können Sie eine Tendenz zu einem bestimmten Kundenkreis feststellen?

Ja, während ich in den letzten Jahren verstärkt Frauen im Alter um die 40 behandelt habe, holen in letzter Zeit auch die Männer zunehmend auf. Das Gesundheitsbewusstsein wird also auch bei Männern immer ausgeprägter. Die Menschen, die zu mir kommen sind zudem häufig energie- und lustlos, haben Übergewicht, Schlafstörungen und erhöhte Blutdruck- und Cholesterinwerte.

Wie sieht denn eine „typische“ Erstberatung bei Ihnen aus?

Eine Erstberatung dauert bei mir zwischen ein und zwei Stunden, in denen ich ein breites Spektrum an Messungen durchführe, wie Gewicht, Körperfett, Bauchumfang usw. Meist ergibt sich daraus Übergewicht als eigentliches Problem. Wenn der Patient nicht schon von sich aus dieses Problem erkannt hat und deswegen zu mir gekommen ist, versuche ich ihn darauf vorsichtig zu sensibilisieren. Anschließend erhalten die Patienten eine eingehende EPD®-Beratung, in der sie auch selbst die Produkte verkosten können. Wenn Sie sich dann vorstellen können, eine EPD®-Stoffwechseltherapie zu machen, erarbeite ich mit ihnen zusammen einen in der Regel 14-tägigen Ernährungsplan mit EPD®. Ganz wichtig sind dabei auch der Verzicht auf Alkohol, regelmäßige Bewegung und viel trinken – das heisst natürlich Wasser oder ungesüssten Tee. Gerade das Trinken muss quasi „in Fleisch und Blut“ übergehen.

Und wie geht es dann weiter?

Nach 7 und 14 Tagen machen wir einen Kontrolltermin, bei dem mir die Klienten von ihren Eindrücken und Ergebnissen berichten. Häufig ist die Resonanz dann: „Es geht mir wesentlich besser als

ich erwartet habe“. Fast immer kann ich dann auch eine Gewichtsreduktion von einigen Kilos feststellen und sie berichten mir von einer unerwartet besseren Lebensqualität. Das motiviert ungemein zum Weitermachen. Viele sagen dann auch, dass sie „gut drin sind“ und noch eine EPD®-Woche dranhängen wollen. Im Kontrolltermin



Ursula Elminger in ihrer hellen, geräumigen Praxis an der „EPD®-Bar“

wird das weitere Vorgehen besprochen und ich leite die Patienten in die Stabilisierungsphase über. Wir erstellen dann individuelle Ernährungs- und Bewegungspläne, wobei EPD® in die normale Ernährung während des Tages integriert wird. Etwa werden dann Zwischenmahlzeiten durch EPD® ersetzt oder ganze Hauptmahlzeiten wie das Abendessen. Das sorgt für ein durchgängiges Sättigungsgefühl und verhindert Heisshungerattacken.

Wenn die Patienten dann nach ein paar Wochen wieder kommen, berichten sie mir regelmässig von einer weiteren Gewichtsreduktion um einige Kilos und von einem ganz neuen Lebensgefühl. Sie fühlen sich einfach gesünder und besser. Dabei sind in der Regel die Erfolge bei Männern ausgeprägter als bei Frauen. Häufig verlieren diese im Rahmen einer EPD®-Kur gar doppelt so viel an Gewicht wie eine Frau in vergleichbarer Lebenssituation.

Da deuten Sie ja ein interessantes Themenfeld an: Vieles beim Thema Abnehmen hat ja auch mit den Genen zu tun. Haben Sie denn Erfahrungen mit dem DNA-Weightcode, d.h. der Genanalyse, bei Ihren Patienten?

Ja, ich habe bei einigen Kundinnen schon den Speicheltest angewendet und die Genanalyse zeigt, welcher Stoffwechseltyp die Person ist und durch welches Sport- bzw. Bewegungsprogramm die Patientin am effektivsten Fett verbrennt. Ich kann dann, je nach „Verwertungstyp“, einen effektiveren Ernährungsplan ausarbeiten.

Ich stehe zwar mit dieser Analysenmethode noch recht am Anfang aber ich werde sie in Zukunft sehr viel häufiger einsetzen, da sie bei den Kunden zu schnelleren Erfolgserlebnissen führt. Gerade bei Frauen, die ja in der Regel nicht so schnell das Gewicht reduzieren, wie Männer, ist das ungemein sinnvoll, da Therapien viel besser justiert werden können und sich Erfolge dann auch viel schneller einstellen.

Frau Elmiger, welche Analysemethoden wenden Sie noch in Ihrer Praxis an?

Ich habe seit letztem Jahr die Herzratenvariabilitätsmessung (HRV) in meiner Praxis eingeführt und auch schon einige Patienten gemessen. Ich halte das für eine sehr sinnvolle Sache, zumal man

dem Patienten anhand der Auswertungsschemata durch die roten und grünen Markierungen bzw. Ausschläge gut sichtbar machen kann, was für Auswirkungen ihr Verhalten auf ihre Herzaktivität hat – z.B. relaxed in der Badewanne liegen oder eben im Beruf einer unangenehmen Situation ausgesetzt sein. Auf dieser Grundlage kann man dann auch sehr schön mit

seinem Hausarzt erklärt bekommen hatte, dass er ab sofort Insulin spritzen müsse. Mein Patient wollte sich mit dieser Behandlungsmethode aber nicht abfinden. Er hatte gehört, dass mit dem EPD®-Programm auf den Blutzuckerspiegel Einfluss genommen werden kann. Er ist konkret mit diesem Wunsch zu mir gekommen und hat unmittelbar mit dem EPD®-Programm begonnen. Schon nach zwei Wochen EPD® hatten sich seine Blutzuckerwerte soweit normalisiert, dass er seine Medikamente reduzieren konnte. Nach einer weiteren Woche hat sein Hausarzt normale Blutzuckerwerte festgestellt und er konnte die Medikamente gänzlich absetzen.

Nebenher hat er auch noch 6 kg an Gewicht verloren und fühlte sich vitaler und lebensfroher. Der Hausarzt hat ihn auf Grund des Erfolgs

ermuntert, mit EPD® weiterzumachen, und inzwischen hat er in der Stabilisierungsphase schon insgesamt 10 kg abgenommen und seine Blutzuckerwerte sind dauerhaft normal geblieben.

Als unerwarteter Effekt hat mein Patient zudem festgestellt, dass sich seine Sehfähigkeit durch die EPD®-Kur verbessert hat. Er ist in einem Schützenverein aktiv und seine Kollegen haben ihn auf Grund seiner verbesserten Schiesseregebnisse gefragt, ob er seine Augen lasern lassen? Erst dann ist ihm selbst die Verbesserung richtig bewusst geworden.

Der Patient nimmt zum EPD®-Programm in der Stabilisierungsphase noch seine HCK®-Basismischung. Nun

ist er glücklich und zufrieden wieder gesund zu sein.

Das ist ja wirklich erstaunlich! Können Sie denn noch von ähnlichen Fällen berichten?

Ja, sicher – da gibt es einige. Vielleicht noch ein konkretes Beispiel: Ich habe eine Patientin, die sich dazu entschlossen hatte, das EPD®-Programm für die Gewichtsreduzierung anzuwenden, aber sie wollte sich auch, wenn sie schon den Aufwand betreibt, das Rauchen abgewöhnen oder zumindest das Rauchen reduzieren. Und das hat sie tatsächlich auch gut geschafft: Durch die häufigen Mahlzeiten und das regelmässige Trinken ist sie gar nicht erst in die Versuchung gekommen, sich aus Langeweile oder Nervosität eine Zigarette anzuzünden und hat dann schlussendlich festgestellt, das ihr das Rauchen gar nicht fehlt. Auch die sonst typischen Entzugserscheinungen traten bei ihr fast gar nicht auf.

Man muss sich dabei natürlich vor Augen halten: Der Effekt, an Gewicht zuzulegen, wenn man mit dem Rauchen aufhört, tritt durch das EPD®-Programm schlichtweg nicht ein. Aber andererseits ist natürlich auch der Abnehmeffekt bei gleichzeitiger Raucherentwöhnung nicht ganz so gross, wie es normalerweise wäre. Auch muss man sich im Klaren darüber sein, dass die Raucherentwöhnung nur klappen kann, wenn auch wirklich der Wille beim Patienten dafür da ist. Gerade für viele Klienten wäre es aber sicherlich ein Anreiz, mit dem Rauchen aufzuhören und sich dadurch gesünder und wohler zu fühlen, wenn sie wüssten, dass sie dann nicht zunehmen würden. Ich kann jedem Therapeuten nur nahelegen, das seinen Patienten einmal zu empfehlen.

Frau Elmiger, haben Sie vielen Dank für das interessante Gespräch!



Hilfe des FAS-Programmes eine HCK®-Mikronährstofftherapie einleiten. Diese unterstützt die Stoffwechseltherapie optimal und sorgt auch für eine bessere Erholung während der Nacht. Und sollte man mal mit dem Rezeptieren Probleme haben, kann man auch schnell mal bei der HEPART anrufen und es wird einem wirklich sehr kompetent und vor allem prompt geholfen.

Haben Sie denn einen „Erfolgspatienten“, bei dem Ihre Behandlung besonders gut angeschlagen hat?

Ich habe einen Patienten, der wegen seiner erhöhten Blutzuckerwerte von