

Natürlicher Schlank-Pusher aus Indien: Garcinia

14.03.2005, 10:00 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *PR-Info*



Der aktuelle Ratgeber von Vanessa P. Halen beurteilt insgesamt 16 natürliche Schlank-Pusher

Garcinia ist ein indisches Kürbisgewächs, das einen hohen Anteil an besonderen Fruchtsäuren enthält. Diese behindern die Einlagerung von Nahrungsfetten in die entsprechenden Speicherzellen. Und wenn diese Fettspeicherzellen keinen oder weniger Nachschub erhalten, dann geben sie das bereits gespeicherte Fett kontinuierlich ab. So können auf relativ einfache Weise die Fettzellen abgemagert werden. Allerdings ist Garcinia wegen seiner Wirkung noch lange kein Freibrief für fettige Gaumenfreuden.

Altes ayurvedisches Diätmittel

Der indische Kürbis *Garcinia cambogia* ist auch Hauptbestandteil des Currygewürzes, einer Mischung aus bis zu 50 verschiedenen Einzel-Gewürzen. Indischer Kürbis bzw. Garcinia wird in Südindien großflächig angebaut und bildet die

Basis für diese Gewürzkombination. Bereits seit Jahrhunderten wird Garcinia als Gewürzbestandteil und Nahrungsmittel verwendet. Ayurvedische Heiler setzen diese Frucht seit altersher als Verdauungshilfe und natürlichen Appetitzügler ein.

Fruchtsäure als Wirkstoff

Garcinia enthält eine ganz besondere Fruchtsäure: die Hydroxycitronensäure, kurz HCA genannt. HCA ist ein Wirkstoff mit einer herausragenden Wirkung: Mit Hilfe von HCA werden überschüssige Zuckerstoffe aus der Nahrung im Körper sofort in Energie umgesetzt. Normalerweise werden Zuckerüberschüsse in Fett umgewandelt und gespeichert. Durch die Einnahme von HCA wird nun die Fetteinlagerung aus Zuckerüberschüssen eingeschränkt und so der Fettabbau angeregt. Dieser Wirkstoff eignet sich also bestens für Naschkatzen, die ihren süßen Leckereien nicht widerstehen können. Außerdem hemmt Garcinia auch den Appetit, in erster Linie den Heißhunger auf Süßes. Wen also regelmäßig süße Heißhungerattacken überkommen, der sollte Garcinia auf jeden Fall einmal probieren.

Senkung der Fettproduktion

HCA ist auch ein sogenannter "Lipogenese-Hemmer", verlangsamt im Stoffwechsel die übliche Fetterzeugung von Kohlehydraten und Proteinen. Wenn wir mehr Kalorien aufnehmen als wir verbrennen, dann speichern wir normalerweise den Überschuss als Glykogen in der Leber und in den Muskeln. Je nach Bedarf wird dieses Glykogen später aus den Speichern als Energielieferant wieder freigesetzt. Wenn allerdings diese Speicher bereits randvoll mit Glykogen gefüllt sind, dann werden überschüssige Kalorien einfach in Fett umgewandelt und gespeichert. Zudem sendet unser Gehirn Signale aus, dass wir für Nachschub sorgen sollen: der kleine Hunger meldet sich und quält uns so lange, bis wir diesem Gefühl nachgeben. Durch Garcinia wird dieser Ablauf unterbunden und es fällt uns wesentlich leichter, auf Süßigkeiten zu verzichten. Außerdem fördert Garcinia das Sättigungsgefühl.

Bewertung

Garcinia ist ein sehr empfehlenswerter Schlank-Pusher für alle süßen Schleckermäulchen mit großem Appetit. Es hilft nämlich sehr gut dabei, den Süßigkeits-Attacken zu widerstehen bzw. deutlich weniger zu naschen. Es gibt verschiedene Garcinia-Präparate in Kapselform in unterschiedlicher Dosierung in Apotheken oder in Reformhäusern zu kaufen. Für die richtige Anwendung und Dosierung beachten Sie bitte den Beipackzettel des jeweiligen Produkts.

Portrait

Kontakt: vanessa.halen@tiscali.de

News-ID: 42507 • Views: 2736 (Stand: 07.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/42507/Natuerlicher-Schlank-Pusher-aus-Indien-Garcinia.html>