

Das BodyCode© Konzept; eine kohlenhydrat- und fettarme „Very Low Calorie“ Diät zur Gewichtsreduktion und zum Bodyforming, welche durch eine bio-energetisch optimierte L-Carnitinlösung³ unterstützt wird. (n=150)

Roland Voëlin¹, Arztpraxen²

im Dezember 2015

¹ medizinischer Studienleiter, Dr. med. FMH Allg. Innere Medizin, Basel

² teilnehmende Praxen

Zusammenfassung

Hintergrund:

Adipositas mit seinen gesundheitlichen Folgen stellt weltweit ein zunehmendes Problem dar, zunehmend auch in Drittweltländern sowie bei Kindern. Konventionelle Strategien zur Gewichtsreduktion sind kohlenhydrat- oder fettreduzierte Diäten welche gleichzeitig auch Verhaltensänderungen auf kognitiver Ebene vermitteln. Nach dem Ende der Intervention nehmen die meisten Teilnehmer leider wieder zu. Das BodyCode© Konzept versucht neue Wege zu gehen. Es soll zu einer anhaltenden Gewichtsreduktion bzw. Optimierung der Körpersilhouette führen. Das BodyCode© Konzept kombiniert gleichzeitig die schulmedizinische kohlenhydratarme und fettarme Kalorienreduktion neu mit der komplementärmedizinischen bio-energetischen Resonanzwirkung und besteht aus einem 3-Phasenplan. Dadurch soll es zu einer anhaltenden Gewichtsreduktion von bis zu 8-12% innerhalb der Phasen 1 & 2 beziehungsweise einer Optimierung der Körpersilhouette kommen. Die bioenergetischen Resonanzen sprechen hypothalamische Strukturen im Zentralen Nervensystem an und ermöglichen so eine langandauernde und gezielte Fettreduktion ohne wesentlichen Abbau der für den Erhalt des Grundumsatzes wichtigen Körperzellmasse (BCM = Body Cell Mass). Während den Diätphasen 1 und 2 sollen die Teilnehmer keinen oder nur wenig Hunger verspüren.

Methode:

Es handelt sich um eine offene, multizentrische, ärztlich geführte, zweigeteilte Beobachtungsstudie an ca. 150 Personen beiderlei Geschlechts. Im ersten Teil werden die kurzfristigen Erfolgsresultate der Phasen 1 (Diätphase) und 2 (Stabilisierungsphase) des BodyCode© Konzepts ausgewertet. Die Phase 1 dauert 27 Tage. Sie besteht aus einer „very low calorie“ Diät (500–700 kcal/Tag) entsprechend den Angaben im BodyCode© Leitfaden. Während dieser Phase wird während 24 Tagen jeweils morgens nüchtern 1 Ampulle bioenergetisch behandelte L-Carnitinlösung und 2 Kapseln Multivitamine (Hejsano Body Balance©) eingenommen. Die Ampullenlösung enthält die resonanzhomöopathischen Signale von Leptin, hCG und asiatischen Heilkräutern. Die Signale von Leptin sollen den Hunger während der Diätphase vermindern und die des hCG's den Fettabbau an den Problemzonen (Bauch, Gesäss, Oberschenkel, Oberarm u.a.) verbessern. Die Signale der asiatischen Heilkräuter unterstützen dabei den Stoffwechsel. In der Phase 2, welche 21 Tage dauert, werden die erlaubten Eiweissmengen erhöht und gewisse Kohlenhydrate und Fette wieder langsam zugefügt, entsprechend dem

BodyCode© Leitfaden. Fakultativ können während dieser Zeit weiter Multivitaminpräparate, aber keine L-Carnitinampullen mehr, eingenommen werden. Vor Beginn der Diät und nach 7 Wochen wird ein ausführliches Labor abgenommen (Labor morgens nüchtern, Laborinstitut Medics Labor AG). Um den Verlauf der Körperzusammensetzung verfolgen zu können wird zum Zeitpunkt 0, nach 4 und nach 7 Wochen die Körperzusammensetzung mittels Bio-Impedanz-Analyse (BIA Corpus RX 4000, BodyComp 9.0 Software) bestimmt. Von den Teilnehmern wird zu Beginn, nach 4 und nach 7 Wochen ein Fragebogen ausgefüllt, welcher über die Ziele, Erwartungen und Verlauf der Diät Auskunft gibt. Nach 7 Wochen wird auch von den Studienärzten ein Fragebogen ausgefüllt.

Im zweiten Teil der Studie wird der Langzeiterfolg der Phase 3 (Verhaltensphase) des BodyCode© Konzepts nach 12 und 24 Monaten analysiert. Während dieser Phase sollen die Teilnehmer liebgewonnene Gewohnheiten aus den Phasen 1 und 2 langsam und dauerhaft in ihren Lebensstil integrieren, entsprechend dem BodyCode© Leitfaden. Von den Teilnehmern wird jeweils nach 12 und 24 Monaten erneut ein Fragebogen ausgefüllt und es wird die Körperzusammensetzung mittels Bio-Impedanz-Analyse bestimmt.

Zwischenergebnisse des 1. Teils der Studie nach 150 Teilnehmer/-innen (TN):

103 Frauen und 47 Männer wurden bisher untersucht und ausgewertet.

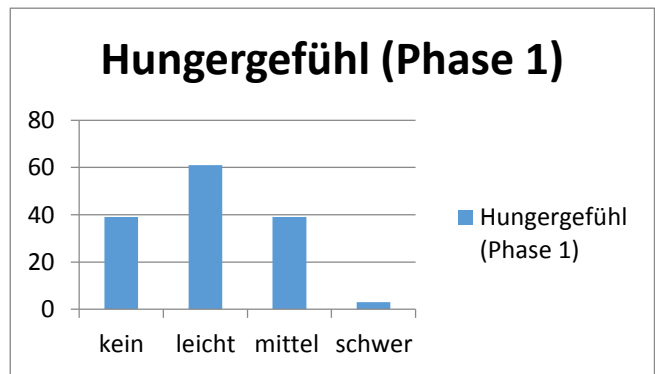
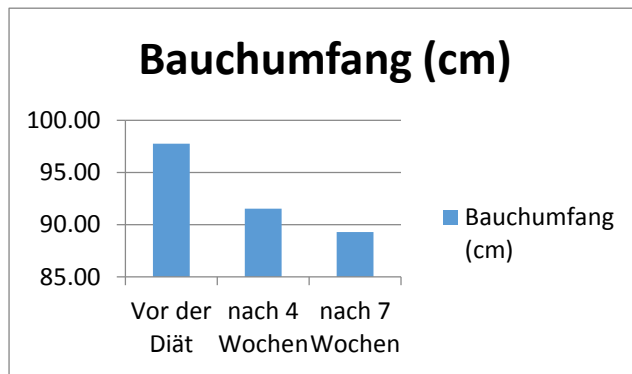
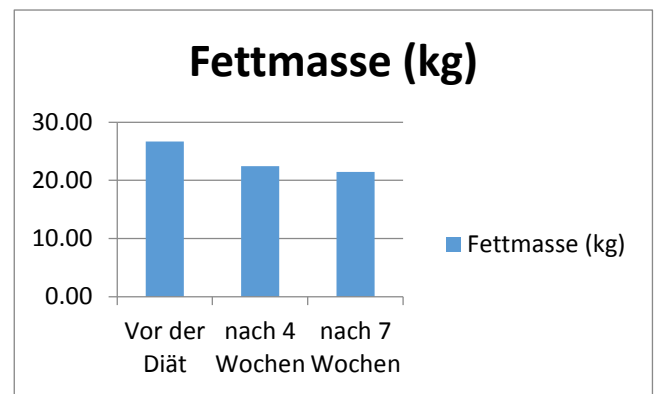
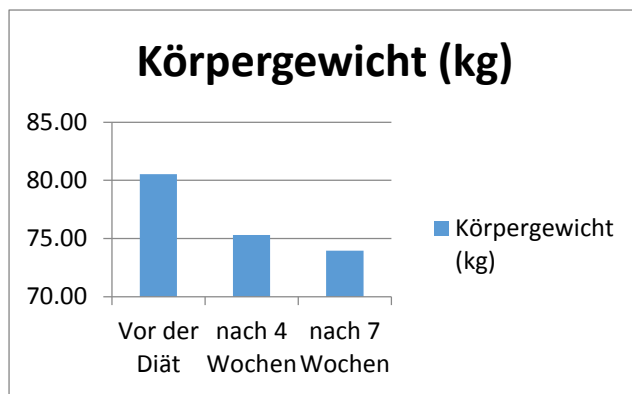
Das Durchschnittsalter betrug 48.1 Jahre. Die TN waren durchschnittlich 169 cm gross. Das durchschnittliche Ausgangsgewicht betrug 81.1 kg, der durchschnittliche BMI $28,4 \text{ kg/m}^2$, der durchschnittliche Bauchumfang 98 cm und der Beckenumfang 107 cm.

Nach 7 Wochen hatten die TN durchschnittlich 7.2 kg oder 8.8% an Gewicht abgenommen, der BMI reduzierte sich um $2,5 \text{ kg/m}^2$, der Bauchumfang um 9 cm und der Beckenumfang um 7 cm. Die 7,2 kg Gewichtsreduktion bestand aus 6,1 kg Fettgewebe, was einer Reduktion von 20.4 % der Körperfettmenge entspricht. Die BCM reduzierte sich im gleichen Zeitraum lediglich um 0.9 kg, was weitgehend auf einen intrazellulären Wasserabbau zurückzuführen ist und nicht auf einen eigentlichen Zellabbau.

Die Laborwerte zeigten unter der Diät keinerlei pathologische Verläufe. Die Insulinwerte sanken durchschnittlich von 8,66 mU/l auf 7,53 mU/l und der HOMA-Index als Mass der Insulinresistenz von 2,09 auf 1,74, dabei waren v.a. die Verläufe bei den Männern eindrücklich mit einer Insulinreduktion von durchschnittlich 13,97 mU/l auf 9,32 mU/l und vom HOMA-Index von 3,73 auf 2,22. Auch die Leptinwerte sanken dramatisch um rund die Hälfte, bei den Frauen von 17,26 µg/l auf 9,49 µg/l und bei den Männern von 9,65 µg/l auf 4,26 µg/l.

Mehr als die Hälfte der TN (80) gab an das Gewichtsziel vollkommen erreicht und die andere Hälfte (58) teilweise erreicht zu haben. Nur 9 TN gaben an wenig oder keinen Erfolg gehabt zu haben, wobei nachvollziehbare Gründe dafür angegeben wurden. Betreffend Bauchumfangsreduktion gaben rund 3/4 der TN (106) an ihr Ziel erreicht und 1/4(35) ihr Ziel teilweise erreicht zu haben. Nur 4 TN gaben an ihr Minimalziel nicht erreicht zu haben.

Rund 2/3 der TN (100) gaben an während der Diät keinen oder nur leichten Hunger verspürt zu haben und 1/3 (39) gaben einen mittelstarken Hunger an. Nur 3 TN gaben ein starkes Hungergefühl während der Diät an. Dementsprechend würden rund 90% der TN die BodyCode© Diät weiterempfehlen und 80% würden sie selber auch wiederholen.



Schlussfolgerungen nach dem 1. Teil der Studie:

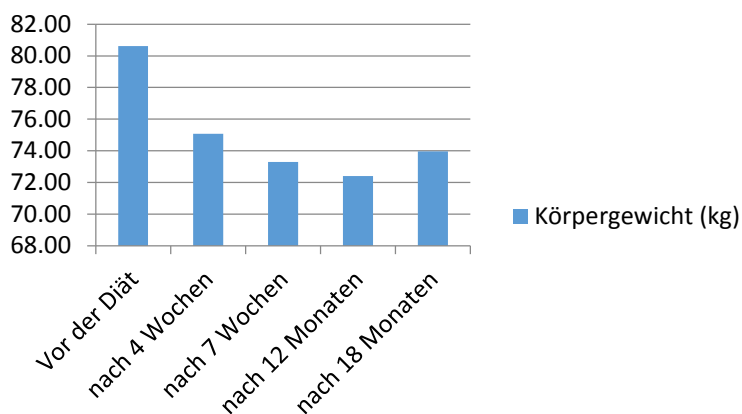
Mit dem BodyCode© Diätkonzept können die TN innerhalb von nur 7 Wochen rund 9% ihres Körpergewichts bzw. 20% ihrer Fettmasse reduzieren ohne wesentliches Hungergefühl. Dabei verbessert sich die Insulinresistenz, wie dem Verlauf des HOMA-Index zu entnehmen ist. Es ist auch anzunehmen, dass sich die Leptinresistenz verbessert, da sich trotz deutlich tieferem Leptinspiegel kein wesentliches Hungergefühl während der Diät einstellt. Die genauen Mechanismen sowohl der Insulin- als auch der Leptinresistenz sind bis heute unbekannt. Ob sich durch das postulierte Ansprechen der hypothalamischen Strukturen durch die bioenergetische Resonanzwirkung der L-Carnitinlösung langfristig ein besseres Resultat erreichen lässt muss abgewartet werden. In der Studie sind weitere klinische Kontrollen nach 12 und nach 24 Monaten vorgesehen.

Zwischenresultate des 2. Teils der Studie nach 12 und 18 Monaten:

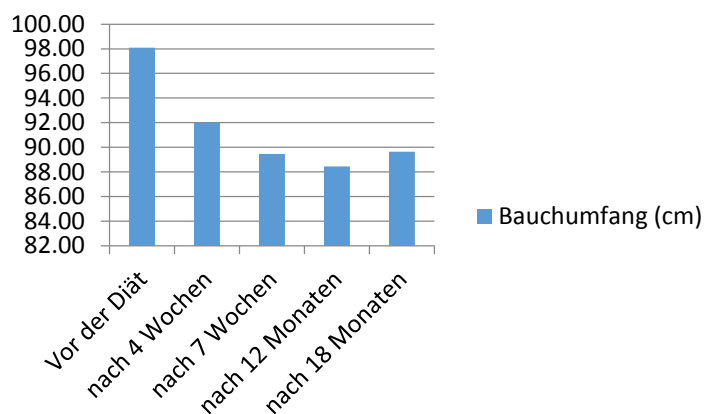
Die ersten Zwischenresultate nach 12 Monaten sind sehr erfreulich. Das Kollektiv von n=66 Patienten zeigt durchschnittlich immer noch ein um 7.3% tieferes Gewicht als das ursprüngliche Ausgangsgewicht sowie eine Fettreduktion um 16.9%. Auch der Bauchumfang liegt durchschnittlich immer noch 8 cm unterhalb der Ausgangswerte. In den Grafiken werden nur die Daten dieses Kollektivs angezeigt.

Die WHO definiert eine erfolgreiche Diät so, dass nach 12 Monaten das Körpergewicht immer noch mindestens 5% unter dem Ausgangsgewicht liegen soll. Von den 66 Patienten hatten nach den ersten 7 Wochen 62 Patienten mehr als 5% ihres Körpergewichtes reduziert, was einer Erfolgsquote von rund 94% entspricht. Nach 12 Monaten können immer noch 78% der ursprünglich erfolgreichen Teilnehmer (48 von 62) gemäß WHO als erfolgreich bezeichnet werden. Die bisher ausgewerteten Daten nach 18 Monaten sind sehr erfreulich, es sind immer noch 72% erfolgreich (n=38).

Körpergewicht (kg)



Bauchumfang (cm)



2 teilnehmende Praxen:

Dr. med. E. Bieder, Trimbach
 Dr. med. J. Bollhalder, Altdorf
 Dr. med. A. Brabetz, Rapperswil
 Dr. med. St. Blum, Merenschwand
 Prof. Dr. med. R. Brun del Re, Bern
 Dr. med. S. Buclin, Genève
 Dr. med. R. Cacciatore Stetteln
 Dr. med. R. Deflorin, Trin-Mulin
 Dr. med. A. Dervisoglu, Basel
 Dr. med. B. Dillier, Giswil
 Dr. pharm. B. Disler, Basel
 Dr. med. E. Ditych, Bern
 Dres. med. Dollenmeier & Weber, Laupen
 Dr. med. K. Egger, Adligenswil
 Dr. med. R. Egli, Allschwil
 Dr. med. C. Esteve, Genève
 Dr. med. U. Fahrni, Thun
 Dr. med. C. Flury, Rothrist
 Dr. med. D. Gehrig, Moudon
 Dr. med. A. Gharibian, Kerns
 Dr. med. W. Golebiowski, Amriswil
 Dr. med. A. Haag, Basel
 Dr. med. S. Henzen, Sevelen
 Dr. med. C. Hänni-Martasek, Biel
 Dr. med. B. Hollinger, Oberwil
 KEA Spital Zofingen
 Dr. med. Ch. Keller, Basel
 Dr. med. J. Koller, Sins
 Dr. med. B. Knoll; Schattdorf
 Dr. med. W. Meier, Steinhausen
 Dr. med. Ch. Michel-Nufer, Wilderswil

Dr. med. R. Misteli-Weder, Zuzgen
 Dr. med. F. Mottet, Bulle
 Dr. med. A. Moser, Wolfhausen
 Dres. med. Neumeier; Scoul
 Dr. med. R. Nyffeler, Romont
 Dr. med. C. Petrakis, Regensdorf
 Dr. med. D. Pfister, Mollis
 Dr. med. N. Potoczna, Luzern
 Dr. med. J. Renggli, Moutier
 Dr. med. R. Riedo, Schönenwerd
 Dr. med. H. Rohner, Dübendorf
 Dr. med. R. Rouhi, St. Moritz
 Dr. med. A. Saner, Davos
 Dr. pharm. J. Schiltknecht, Zürich
 Dr. med. D. Schmidt, Basel
 Dr. med. C. Schollenberger, Biel
 Dr. med. Th. Scholer, Hedingen
 Dr. med. D. Sieger, Amriswil
 Dr. med. S. Sigg, Winterthur
 Dr. med. Z. Skrunzy, St. Gallen
 Dr. med. K. Speiser, Bern
 Dr. pharm. Th. Stalder, Breitenbach
 Dr. med. R. Urscheler, Flawil
 Dr. med. R. Voëlin, Basel
 Dres. med. Vuille, Schwarzenegg
 Frau D. Wahlen, Zürich
 Dr. med. Th. Weber, Olten
 Frau N. Wehrli, Möhlin
 Dr. med. Y. Yüksel, Winterthur

3 bio-energetisch optimierte L-Carnitin Lösung:

Hejsano® Body Balance mit Carnitrin Ampullen
 L- Carnitine 950 mg
 Zink 1.5 mg

sowie den bio-energetischen Ultra Molekularen Frequenzen (UMF) von:

- hCG (Humanes Choriongonadotropin)
- Leptin
- Ayurvedischen & Chinesischen Kräutermischungen

Ein Produkt der HejSano AG, Vertrieb in der Schweiz durch die Polymed AG