

Fit en gezond – met hulp van Diako- easyfit!



Het Diako programma helpt u op weg naar een **droomfiguur** en verzorgt het lichaam bovendien met de dagelijks benodigde hoeveelheid aan vitamines, mineralen en sporenelementen. Diako maakt het afvallen makkelijker, het vergroot het **welzijn** en zelfs uw algehele gezondheid wordt bevordert.

Dat mensen, die de Diako-programma's gebruiken afvallen, dat was voor Professor Udo Stern (47), geneeskundige en voedingsadviseur in Bűdingen, altijd al duidelijk. "Een beperkte inname van calorieën in combinatie met voldoende beweging leidt altijd binnen een bepaalde tijd tot gewichtverlies." De vraag, die Prof. Stern zichzelf afvroeg was echter of alleen de kilo's verdwijnen of dat ook de stofwisseling van het lichaam veranderd. Daarom onderzocht hij van een aantal patiënten het cholesterolgehalte van het bloed– met een verbazingwekkend positief resultaat:

Diako: Prof. Stern, hoe kwam u op het idee te onderzoeken welke invloed het voedingsprogramma van Diako heeft op de stofwisseling en dus ook op de algehele gezondheid?

Prof. Stern: Ik heb een patiënte in mijn praktijk, die ik een hele tijd niet had gezien en die in de tussentijd met behulp van Diako enorm afgevallen was. Ik herkende deze vrouw bijna niet meer terug en ik vroeg mij af hoe het nu met haar gezondheid zou gaan.

Diako: En toen?

Prof. Stern: Ik heb in mijn praktijk regelmatig mensen met overgewicht Diako aanbevolen. Een aantal van deze patiënten heb ik gevraagd of ik hun bloedwaardes drie weken voor en na het dieet mocht onderzoeken. Er wilden 17 patiënten meewerken aan dit onderzoek. Daarmee kan men geen kwantitatief geoorloofde uitspraak doen, maar een tendens is hiervan wel af te leiden.

Diako: En wat was deze tendens?

Prof. Stern: Alle patiënten zijn gezonder omdat bij deze patiënten het risico op hart- en vaatziekten was verlaagd.

Diako: Hoe heeft u dit geconstateerd?

Prof. Stern: Ik heb voor en na het Diako-programma het cholesterolgehalte in het bloed gemeten. Vervolgens heb ik de LDL-waarde en de HDL-waarde bepaald. De verhouding tussen de LDL- en HDL-waarde geldt als de indicator voor een mogelijk risico op hart- en vaatziekten. Is deze verhouding na het volgen van het dieet kleiner dan ervoor, dan kan men ervan uitgaan, dat de gezondheidstoestand van de patiënt duidelijk is verbeterd.

Diako: Interessant om te horen, vooral als men bedenkt, dat onderzoek naar mensen die veel fastfood eten precies het tegenovergestelde resultaat laat zien. Wat aantoonde, dat het cholesterolgehalte door verkeerde voeding ook duidelijk slechter kan worden.

Prof. Stern: Dit is één van de redenen waarom ik wilde vaststellen, dat door een evenwichtige voeding, zoals Diako deze aanbiedt, ook het cholesterolgehalte positief veranderd kan worden.

Diako: Waarom adviseert u uw patiënten die af willen vallen juist het Diako programma?

Prof. Stern: Het is een goed afgestemd programma, dat makkelijk vol te houden is. Diako is ook geschikt voor werkende mensen, die weinig tijd hebben voor de boodschappen en geen calorieën willen tellen. De samenstelling van de Diako maaltijden zijn uitstekend, ze bevatten voldoende vitamines en mineralen, daarnaast biedt Diako caloriearme multivitamedrinks aan, zodat geen tekort ontstaat.

Desalniettemin adviseer ik Diako niet alleen aan mensen die willen afvallen. De programma's van Diako zijn ook uitermate geschikt voor diabetici. Een patiënte van mij kon met behulp van het Diako-programma tot nu toe het spuiten van insuline vermijden. Dit werkt zeker niet altijd, maar goede uitgebalanceerde voeding helpt zeker.

Diako: En u, meneer Stern, gebruikt u ook de Diako-programma's?

Prof. Stern: Ik zelf heb zelf gelukkig geen dieetprogramma nodig, maar ik heb de Diako-maaltijden geprobeerd en vind dat ze erg lekker smaken!