

Vorsicht Falle!

Worauf Sie bei Angeboten zur Gewichtsreduktion achten sollten!

1. Wird Ihnen ein „garantierter“ Gewichtsverlust versprochen?
2. Wird mit einem schnellen Gewichtsverlust in kurzer Zeit geworben, z. B. mehr als 3 kg pro Woche?
3. Gibt es einen kaum sichtbaren Sternchen-Vermerk, der darauf hinweist, dass Ihre Ergebnisse von den hier Dargestellten abweichen können?
4. Wird mit „Vorher“-„Nachher“-Bildern geworben, wobei die „Vorher“-Bilder einen übertriebenen unzufriedenen Gesichtsausdruck und eine unvorteilhafte Bekleidung und/oder Beleuchtung zeigen?
5. Wird mit dem Slogan „klinisch getestet“ oder mit großen Erfolgszahlen geworben?
6. Recherchieren Sie im Internet, ob es die besagte Studie überhaupt gibt, und überprüfen Sie, ob der Anbieter evtl. selbst diese Studie durchgeführt hat.
7. Werden Sie im Ungewissen über die Inhaltsstoffe von Cremes, Pulvern, Spritzen oder ähnlichen Mitteln gelassen?
8. Wird mit dem Slogan „Abnehmen ohne etwas tun zu müssen“ geworben?
9. Werden Aussagen getroffen, das mit weniger als 5 Minuten täglichem und nicht anstrengendem Training deutliche Gewichtsverluste zu erreichen sind?
10. Werden Wirk-Aussagen zu einer lokalen Fettreduktion an Bauch, Armen oder Hüften getroffen („spot reduction“)?
11. Steht bei der Abnehmmethode ein Produkte- bzw. Präparate-Verkauf im Vordergrund?
12. Kann der Anbieter eine staatlich anerkannte Qualifikation vorweisen, die ein ausreichendes medizinisch-physiologisches Verständnis gewährleistet?
13. Werden Kraftausdrücke wie „revolutionär“, „sensationell“, „dramatisch“, ... benutzt?
14. Wird in den Werbemedien nicht ersichtlich, wie die Abnehmmethode funktioniert?
15. Ist bei einer „ärztlichen“ Aufsicht auch wirklich sichergestellt, dass diese vor Ort anwesend ist oder sich doch nur 1 x pro Jahr als „Alibi-Doktor“ in der Einrichtung einfindet?

Bevor Sie mit dem Gedanken spielen, viel Geld in ihre Gewichtsreduktion zu investieren, lassen Sie Ihren gesunden Menschenverstand walten und fragen Sie sicherheitshalber jemanden, der Ihnen objektiv und ohne finanziellen Hintergedanken eine kritische Stellungnahme zu diese Angeboten geben kann.