



NLP ve akupunktur zayıflamada etkin yöntem

ZAYIFLAMADA uygulanan birçok yöntemin çok fayda vermediğini vurgulayan Uzm. Dr. Sevda Tan, "Zayıflamada en iyi yöntem NLP ile akupunktur tedavisinin eş zamanlı yürütülmesidir. NLP, duygusal boşluğu tamamlar, akupunktur stres, sıkıntı ve depresyon hislerini yok eder" dedi. Şişmanlığın ne demek olduğunu biliyorum diyen Sevda Tan, kendi yaşamından örnek vererek "20 yıl önce bir şişman, sonra da bu işin doktoru olarak. Yıllarca şişmanlıkla boğuştum. Bir tıp öğrencisi olarak bu derin çaresizliği tattım. O zamanlar kime gitsem boğazını tut dedi. Baktım olmayacak tıp kitaplarını açıp 'Beslenme Fizyolojisi' okudum" dedi. Uzm. Dr. Sevda Tan, "Bebekken şişmanlatılan yanlış beslenen çocukları da anneleri kodluyor. Bu davranış bozuklarını tedavi etmek şart. Şişmanlık



Uzm. Dr. Sevda Tan,

da pek çok durum gibi çok boyutlu. Duygusal boşluk doldurmak en kolay "NLP-Yaşam Koçluğu" teknikleriyle olur" diye konuştu.

AYDA 5-8 KİLO

Akupunktur tedavisinin stresi gidermekle kalmadığını, beraberinde iştahı baskılayıp, kan şekeri düşmelerini önlediğini, mide kazınmalarına engel olduğunu vurgulayan Sevda Tan, "Sonuç olarak 5 bin yılın geleneksel tedavi yöntemi, yeni yüzyılın bilinç dışını onaran yöntemi olan NLP ile birleşince harikalar yaratır. Bu iki yönteme ek olarak "Organik Takip" de çok önemlidir. Laboratuvar hormonal denge ve radyolojik incelemeler kişinin bütününe değerlendirilmesi reçetesinin, beslenmesinin ve hareketinin düzene sokulmasıyla ayda 5-8 kilo vermesi sağlanabilir" diye konuştu.

Yasemin GÜLER / SABAH