
Subject: Wickel zur Fettverbrennung: Hat das schon mal jemand probiert?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 28 Nov 2023 12:19:20 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Man schmiert sich den Bauch
(oder ein anderes von Fett befallenes Körperteil)
ein. Entweder mit Capsaicin (Wärme-Salbe)
oder mit Menthol (Creme mit 10% Minzöl).
Und darüber wickelt man zwecks Okklusion
und damit nichts an die Kleidung kommt,
eine Frischhaltefolie (komplett über den ganzen
Bauch und Rücken).

Dadurch soll das Fett direkt vor Ort
gebräunt werden. Und braunes Fett
wandelt die Kalorien dann in Wärme um.
Gerade jetzt im Winter ist die Wärme-Salbe
auch ideal, da sie wärmt.
Durch die Bräunung wird das
schwabbelige weiße Fett verbrannt.

Ich habe zwei Maus-Studien dazu,
dass sowohl topisches Capsaicin
als auch topisches Menthol bei Mäusen
dazu geführt hat, dass sie lokal
das Fett verbrannt haben.
Vor allem das viszerale Fett,
was ja so schädlich ist.

Dass insbesondere Capsaicin gut ist, um
Fett zu verbrennen, ist ja allgemein bekannt.
Aber neu ist, dass es scheinbar auch
topisch wunderbar wirkt.

Was haltet Ihr davon?