
Subject: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Jim](#) on Sun, 03 May 2020 13:34:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

weiß jemand etwas genaueres über die "Dreiflügel Frucht". Habe Extrakte in der Apotheke und Amazon gesehen:

<https://www.wissenschaft.de/umwelt-natur/schlankmacher-aus-chinesischen-gaerten/>

Gruß,
Jim

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [pilos](#) on Sun, 03 May 2020 13:44:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kann nur sagen, finger weg

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Jim](#) on Sun, 03 May 2020 14:56:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

:) Es hat schon ein paar Nebenwirkungen. Am häufigsten gastrointestinale Symptome. Aber ein deutsches Produkt müsste doch "richtig" extrahiert sein, oder? Gibt es evtl. irgendwo ein Supplement mit dem reinen Wirkstoff Celastrol?

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [pilos](#) on Sun, 03 May 2020 15:39:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jim schrieb am Sun, 03 May 2020 17:56 :) Es hat schon ein paar Nebenwirkungen. Am häufigsten gastrointestinale Symptome. Aber ein deutsches Produkt müsste doch "richtig" extrahiert sein, oder? Gibt es evtl. irgendwo ein Supplement mit dem reinen Wirkstoff Celastrol? alles was auf dem markt ist, ist nicht für celastol standardisiert weiß kein mensch wieviel drin ist

aber abgesehen davon, wirst garantiert nix abnehmen

nur low carb funktioniert und nur wenn man seine ernährung dauerhaft ändert

es gibt keine magische pille welche funktioniert

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Jim](#) on Sun, 03 May 2020 16:28:00 GMT

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

Ja. low carb ist gut. Ich habe in 5 Monaten mit no carb (max. 15g pro Tag) fast 20 kg abgenommen. Leider ist das kein Leben auf Dauer. Ich brauche Milch, Orangensaft und Eis....Irgendwie muss man doch das Hungergefühl senken können (ohne Stimulanzien).

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Haar2O](#) on Sun, 03 May 2020 16:37:01 GMT

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

Jim schrieb am Sun, 03 May 2020 18:28: Ja. low carb ist gut. Ich habe in 5 Monaten mit no carb (max. 15g pro Tag) fast 20 kg abgenommen. Leider ist das kein Leben auf Dauer. Ich brauche Milch, Orangensaft und Eis....Irgendwie muss man doch das Hungergefühl senken können (ohne Stimulanzien).

Was du da gemacht hast ist an sich nicht "low carb" sondern ketogene Ernährung und bei jener ist eigentlich in der Regel kein großartiges Hungergefühl da.

Wenn du dich low carb ernähren willst kannst du je nach Definition auch 100-150 g carbs essen.

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [pilos](#) on Sun, 03 May 2020 16:47:50 GMT

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

Jim schrieb am Sun, 03 May 2020 19:28: Ja. low carb ist gut. Ich habe in 5 Monaten mit no carb (max. 15g pro Tag) fast 20 kg abgenommen. Leider ist das kein Leben auf Dauer. Ich brauche Milch, Orangensaft und Eis....Irgendwie muss man doch das Hungergefühl senken können (ohne Stimulanzien).

da hilft auch keine pille ;)

du kannst essen ""was du möchtest""...du darfst aber kein fett mit zucker/carbs...mischen ;)

somit kannst du auch kein eis essen...das ist zucker mit fett

auch kein frühstück mit butterbrot und marmelade ...oder o-saft mit butter/käse

du sitzt metabolisch in der zucker/fett falle

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [pilos](#) on Sun, 03 May 2020 16:49:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar20 schrieb am Sun, 03 May 2020 19:37 Jim schrieb am Sun, 03 May 2020 18:28 Ja. low carb ist gut. Ich habe in 5 Monaten mit no carb (max. 15g pro Tag) fast 20 kg abgenommen. Leider ist das kein Leben auf Dauer. Ich brauche Milch, Orangensaft und Eis....Irgendwie muss man doch das Hungergefühl senken können (ohne Stimulanzien).

Was du da gemacht hast ist an sich nicht "low carb" sondern ketogene Ernährung und bei jener ist eigentlich in der Regel kein großartiges Hungergefühl da.

Wenn du dich low carb ernähren willst kannst du je nach Definition auch 100-150 g carbs essen.
:thumbup:

und eben kein zucker/carbs mit fett mischen

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Jim](#) on Sun, 03 May 2020 17:15:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hätte halt gerne so ein Hungergefühl und BMI wie mit 18. Ein Nutellabrot zum Frühstück und Cornflakes Abends. Fertig. Jetzt habe ich alle 3 Stunden Hunger. Ich traue mich aber irgendwie nicht, die Dreiflügel Frucht zu testen, da ich einen SSRI und Valproat nehme. Evtl. Wechselwirkungen halt.

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Jim](#) on Sun, 03 May 2020 17:17:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oder ich teste mal ein niedrigdosiertes Extrakt:

<https://www.thundergodrootextract.com/products/thunder-god-vine-root-5-1-capsules-200mg-90-count>

???

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [pilos](#) on Sun, 03 May 2020 17:46:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jim schrieb am Sun, 03 May 2020 20:17 Oder ich teste mal ein niedrigdosiertes Extrakt:

<https://www.thundergodrootextract.com/products/thunder-god-vine-root-5-1-capsules-200mg-90-count>

???

du bist aber keine 18 mehr ;)

erstens zollprobleme

und wie sollen 200 mg 5:1 niedrig dosiert sein?

in die deutschen kapsel sind 30mg von was auch immer drin

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Jim](#) on Sun, 03 May 2020 18:39:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja. Stimmt schon irgendwie.

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [Legende](#) on Sun, 10 May 2020 14:38:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also am besten nimmt man ab, indem man 3-4 Eier isst, Gemüse und Fisch (damit sind keine panierte Fischarten gemeint)

Man braucht keine komplizierte Ernährung. Eier schmecken immer :d Brokkoli, Zucchini, Aubergine, Karotten auch. Lachs und Co geht auch immer und viel Wasser trinken.

Selbst ohne Sport würdest viel "Speck" verlieren, wenn man das Monat für Monat durchzieht.

Subject: Aw: Diät mit "Dreiflügel Frucht" (TCM)
Posted by [DetConan](#) on Sun, 10 May 2020 19:22:55 GMT

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

Abnehmen ist einfach, einfach basisch ernähren.
