



DONNERSTAG, 20. MAI
Helena Bitter-Obrist, **Wallbach**,
zum 85. Geburtstag.

Georg Welte-Rehmann, **Ittenthal**,
zum 75. Geburtstag.

DONNERSTAG, 20. MAI
DIAMANTENE HOCHZEIT:
Johann und Martha Schmid-
Studer, **Witnau**.

Alfred Adolf und Martha Irene
Mösch-Rickenbach, **Wegenstetten**.

Die Neue Fricktaler Zeitung
gratuliert allen Jubilarinnen und
Jubilaren recht herzlich.

Die NFZ nach Pflingsten

FRICKTAL. Nach Pflingsten (Montag, 24. Mai) wird die Neue Fricktaler Zeitung den Abonnenten anstatt wie üblich am Dienstag, am Mittwoch ausgeliefert. Als Folge dieser Verschiebung fällt die Grossausgabe mit den amtlichen Publikationen für alle Fricktaler Haushaltungen auf den Freitag, 28. Mai, und der Stellafant wird den Abonnenten am darauffolgenden Dienstag mitgeliefert. Die Redaktionsschlusszeiten bleiben unverändert.

Die Redaktion dankt für das Verständnis und wünscht erholsame Feiertage. (nfz)

www.nfz.ch

Happy Birthday grosser Mann



Lieber Lio

Heute darfst Du schon ein Kerzlein mehr auspusten.

Wir gratulieren Dir herzlich zum Geburtstag.

Deine «Wölflinswiler Arbeitgeber», Gabi und Töni

«Es gibt keine Nahrung, die dick macht»

Der Wissenschaftler Leoluca Criscione kämpft gegen Fettleibigkeit

Leoluca Criscione aus Möhlin ist Fettleibigkeit- und Herz-Kreislauf-Spezialist. Er ist Miterfinder des Blutdruckmedikaments «Diovan», Gewinner von Forschungspreisen und hat einst an einem Medikament gegen Übergewicht geforscht. Heute kämpft er als Ernährungsberater gegen Fettleibigkeit.

Erna Lang-Jónsdóttir

MÖHLIN. Dr. pharm. Leoluca Criscione aus Möhlin klärt auf: Über das Missverständnis von der gesunden Schokolade. Über das Missverständnis von der «richtigen» Ernährung. Über die «falschen» Kalorien. Über die Scharlatanerie, wenn es um Gewichtskontrolle geht.

Leoluca Criscione möchte sich gegen Fettleibigkeit einsetzen. Gegen die Halbwahrheiten und die Konfusion in der Gewichtskontrolle. Er möchte übergewichtigen Menschen helfen. Politiker und Promis mit einer Aufklärungskampagne darauf aufmerksam machen, dass Fettleibigkeit ein gesellschaftliches Problem ist. Ein Problem, das gelöst werden kann. Und dafür hat er ein Konzept entwickelt, das auf seinen wissenschaftlichen Untersuchungen beruht. Ein Konzept, das er erfolgreich in seinen Selbststudien umgesetzt hat: Das «MangiaSano-Konzept».

Von der Mafia «verfolgt»

Der 63-jährige Leoluca Criscione ist ein fröhlicher Mensch. Ein Wissenschaftler von internationaler Bedeutung. Ehemann, Vater von drei Kindern und stolzer «Nonno» von Enkelkindern, die seine Freizeit bereichern. Leoluca Criscione ist Italiener – genau genommen Sizilianer. Aus welcher Region Siziliens? «Aus Corleone», beantwortet er die Frage schmunzelnd. Leoluca Criscione weiss, was vielen Menschen beim Wort «Corleone» durch den Kopf schiesst: Marlon Brando im Film «Der Pate» – «Don Corleone», der Big Boss der Mafia. So wurde auch Leoluca Criscione von der Mafia «verfolgt». Nicht im wahrsten Sinne des Wortes. Eher von Vorurteilen und Ängsten. Von der Geschichte der Stadt Corleone. Leoluca Criscione erinnert sich an eine Szene aus dem Jahr 1992, als er am Bluthochdruck-Weltkongress (Madrid 1992) einen Vortrag hielt. Er erinnert sich an die Reaktion dreier seiner amerikanischen Kollegen, als



Leoluca Criscione: «Gewichtsregulation ist sehr komplex, aber mathematisch geregelt.»
Foto: Erna Lang-Jónsdóttir

sie seine Herkunft erfragten. «Zuerst schwiegen sie. Dann meinten sie «nice joke» und lachten.» Das Lachen sei ihnen jedoch schnell vergangen, als sie realisierten, dass der «Corleonese» sie wissenschaftlich belehren konnte. Innerhalb seiner Forschungsgruppe sei er der «Don Corleone» gewesen. «Das sorgte sehr oft für eine aufgelockerte Stimmung», äussert er lachend.

«Es wird nie eine Pille zum Abnehmen geben»

Leoluca Criscione ist nicht nur der Vater seiner Kinder. Der Herz-Kreislauf-Spezialist ist sozusagen «der Vater» oder «first author» des Blutdruckmedikaments «Diovan», das über mehrere Jahre wichtigste Medikament für Novartis (2009 mit einem Umsatz von sechs Milliarden Dollar).

Leoluca Criscione ist Gewinner von Forschungspreisen. Autor und Co-Autor von 67 wissenschaftlichen Publikationen. Ein Referent an internationalen Kongressen. Ein Herz-Kreislauf-Forscher, der 1993 mit einer 40-köpfigen Forschungsgruppe bei der Ciba/Novartis die Fettleibigkeit unter die Lupe

nimmt. Die Problematik der Fettleibigkeit erforscht, mit dem Ziel, einen Appetitzügler zu entwickeln. 2002 endeten diese Forschungen. «Es wird nie eine Pille gegen Fettleibigkeit geben», weiss Leoluca Criscione. «Gewichtsregulation ist sehr komplex, aber mathematisch geregelt», fügt er hinzu und erklärt, dass jeder Mensch einen persönlichen Kalorienbedarf – eine andere Flamme – hat. Er erklärt, dass der Gesamt-Kalorienverbrauch aus dem Leis-

tungsumsatz (tägliche Aktivitäten) und aus dem Grundumsatz (lebensnotwendige Körperfunktionen) besteht. Letzteren könne er mit einem Gerät messen, das die eingeatmete Sauerstoffmenge misst. «Die Kalorienverbrennung hängt vom Sauerstoffverbrauch ab und dessen Messung erlaubt die Ermittlung des persönlichen Gesamt-Kalorienbedarfs.»

Das «MangiaSano-Konzept»

«Abnehmen durch Verzicht, das dauert nicht lange», weiss Leoluca Criscione. Und er weiss, wovon er spricht. Denn als er die wissenschaftliche Gemeinschaftspraxis zur Prävention und Bekämpfung von Übergewicht «MangiaSano» gründet, wiegt er selbst zu viel. Mit seinem wissenschaftlichen «MangiaSano-Konzept» nimmt er innerhalb von 18 Monaten 16 Kilo ab und das, ohne auf seine Liebesspeisen zu verzichten. «Der Körper erkennt keine «guten» oder «schlechten» Kalorien.» Der Körper brauche primär Kohlenhydrate, Eiweiss und Fett. «Ist die verzehrte Kalorienmenge grösser als jene, die der eigene Körper verbrennen kann, dann werde ich dick, auch mit einer gesunden Ernährung.» Darin begründe sich der Name seines Aufklärungsbuches «Gesund essen und dick sterben.»

Leoluca Criscione baut sein Abnehm-Konzept auf der Messung des Grundumsatzes und der Bestimmung/Berechnung des individuellen Gesamt-Kalorienverbrauchs auf. Kombiniert mit der passenden Bewegung, einer persönlichen Essplanung sowie einer fundierten Beratung hilft er Menschen beim Abnehmen. Das Spezielle: Beim Essplan werden die Liebesspeisen berücksichtigt, denn es soll auf nichts verzichtet werden müssen. «Es gibt keine Nahrung, die dick macht – das Problem liegt bei der über den eigenen Kalorienbedarf verzehrten Menge an Essen.»

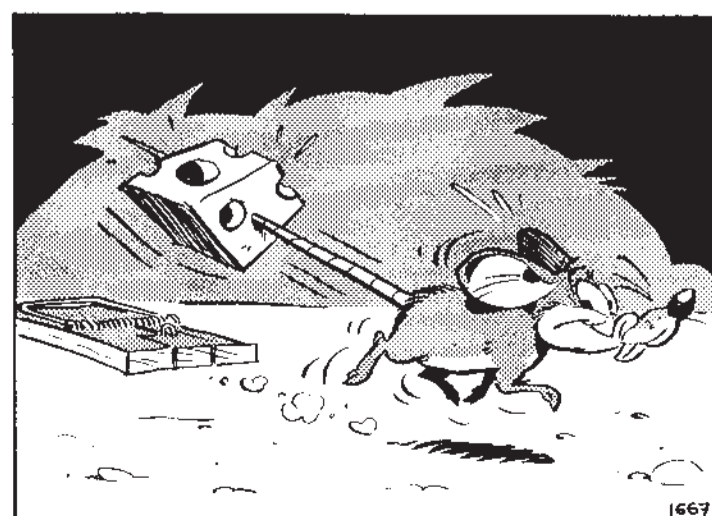
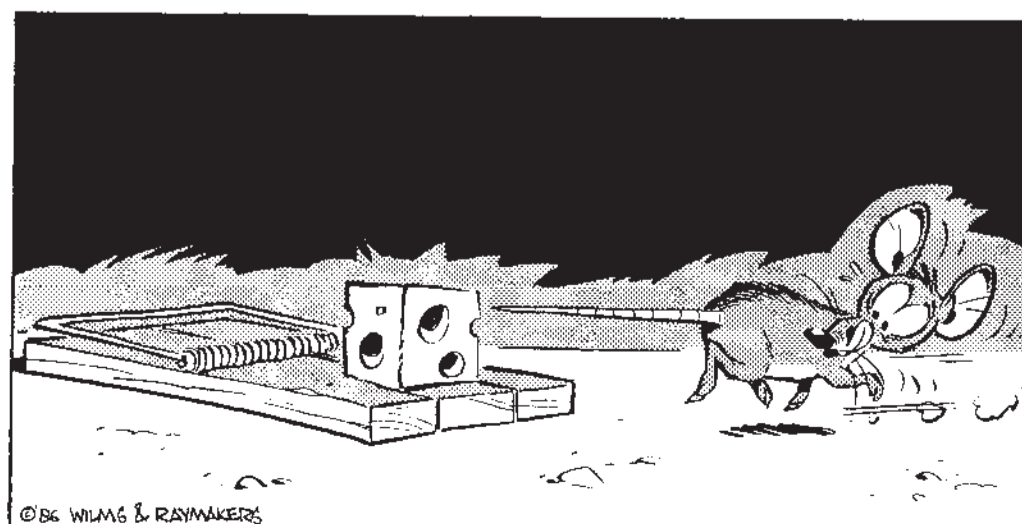
Als Geniesser abnehmen

BASEL. Leoluca Criscione ist Inhaber und Gründer von «MangiaSano Consulting Dr. Criscione» in Basel. Er hat 25 Jahre biomedizinische Forschungserfahrung als Labor- und Projektleiter in den Bereichen Herz-Kreislauf und Fettsucht. Er ist Miterfinder von «Diovan» und fungierte ab 1992 als Initiator der Fettleibigkeitsforschung bei der Ciba/Novartis. Leoluca Criscione ist Mitentdecker eines neuen Mechanismus in der Appetitregulierung, hielt Vorlesungen für Medizinstudenten,

Referate und Seminare für die Öffentlichkeit und ist Gewinner von zwei Forschungspreisen. Besuche und Referate an nationalen und internationalen Kongressen bereicherten sein Wissen weiter. Er ist Autor und Co-Autor von 67 wissenschaftlichen Publikationen. Seine neueste Veröffentlichung heisst «Gesund essen und dick sterben». Ein Buch das zeigt, wie man auch als Geniesser abnehmen kann und warum es bisher nicht geklappt hat. (elj)

www.mangiasano.org

Tierisches



Inserat

Reto Demont
Versicherungs- und Vorsorgeberater
Telefon 062 871 76 82

Was ist Ihr nächstes Ziel?
Die finanziellen Mittel aufbauen, um den Zeitpunkt der Pensionierung selber bestimmen zu können.
Wir haben für Sie die richtige Lösung im Bereich Lebensversicherungen!

Die Mobiliar
Versicherungen & Vorsorge
Generalagentur Rheinfelden / Frick
www.mobirheinfelden.ch

© BG WILMS & RAYMAKERS

1667