



PRESSEMITTEILUNG VOM 10. FEBRUAR 2019

**Dr. Anne Fleck bei HIT RADIO FFH:**

## **„Schlank ist kein Ziel“**

Die Bestseller-Autorin Anne Fleck - kurz: "Doc Fleck" – hat sich nicht nur als Fernseh-Doc, sondern auch als Gesundheits-Scout einen Namen gemacht. "Es gibt Leute, die essen Brot mit Belag und dazu trinken sie Süßstoff-Getränke. Die sind dann vielleicht schlank, aber die sind nicht gesund. Die Kohlenhydrate Brot, Nudeln, Reis, Kartoffeln muss man sich verdienen - mit Bewegung“, sagte sie in der HIT RADIO FFH-Sendung "Silvia am Sonntag", in der sie am heutigen Sonntag (9 bis 12 Uhr) zu Gast war.

Die Fachärztin für Innere Medizin verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz, eine Kombination modernster Medizin, Zuwendung und Naturheilkunde. „Nicht für jeden Menschen ist Intervall-Fasten gut. Dünn ist nicht gleichzeitig gesund.“ Sicher ist sich die 47-Jährige zudem, dass das „Fettarm-Dogma“ die Menschen krank gemacht hat: „30 - 40 Prozent der äußerlich schlanken Menschen sind sogenannte „dünne Dicke“. Sie sind durch die falsche Zusammensetzung ihrer Nahrung gefährdet für Herzinfarkt, Schlaganfall, Insulinresistenz, Diabetis, Demenz und Krebs. Viele meiner Patienten haben mich ermutigt, meine Methode aufzuschreiben, damit mehr Menschen davon Nutzen haben.“

2016 und 2017 wurde Anne Fleck beim Literarischen Wettbewerb der Gastronomischen Akademie Deutschlands auf der Frankfurter Buchmesse mit einer Goldmedaille ausgezeichnet. Die anerkannte Expertin für Präventiv- und Ernährungsmedizin kam erst spät zu einer Lieblings-Arztserie: „Ich bekam mal eine DVD geschenkt von „Greys Anatomy“ und war beeindruckt. Abgesehen



PRESSEMITTEILUNG VOM 10. FEBRUAR 2019

von dem Techtelmechtel drum herum - was da medizinisch erzählt wird, hat Hand und Fuß. Unterhaltsam, spannend und medizinisch kein Quatsch!“

„Silvia am Sonntag – der Talk“: Sonntags zwischen 9 und 12 Uhr spricht FFH-Moderatorin Silvia Stenger mit Promis. Infos und Podcast auf [www.FFH.de](http://www.FFH.de).

Rückfragen: Ina Engelleitner T.: 06101-988330, 0172-4033596, [i.engelleitner@FFH.de](mailto:i.engelleitner@FFH.de)