

# Konkret: Gesundheitsuntersuchung

**Beitrag von „Britta“ vom 9. Juli 2005 20:06**

Zitat

**Mia schrieb am 09.07.2005 18:52:**

Ein Tipp für's Zunehmen: Fett, süß und viel essen. Wenig Bewegung. 😊 😁 Wem das schwer fällt, der muss sich halt ein bisschen quälen und zwei Wochen lang zweimal täglich zu McDonalds gehen (noch besser fahren 😂 ), hinter ein paar Tafeln Schokolade und ein paar Chips futtern, dann wird das schon. Ich glaube zunehmen geht im Gegensatz zu abnehmen deutlich leichter.

Stimmt so leider nicht immer. Es gibt Menschen (in meinem Umfeld zwei), die so einen "gut funktionierenden" Stoffwechsel haben, dass das Zunehmen echt schwer ist. Meine Schwägerin sieht objektiv betrachtet wirklich magersüchtig aus, wird regelmäßig bei Arztwechseln darauf angesprochen, wiegt auch tatsächlich viel zu wenig. Sie versucht seit Jahren alles, um zuzunehmen, ich kenne kaum jemanden, der so viel Schokolade verdrückt - viel Sport macht sie auch nicht. Trotzdem gelingt es ihr nicht. Das ist dann schon deprimierend - und offenbar doch noch schwieriger als Abnehmen 😞

LG

Britta