

# **Beamtenstelle und kein OK vom Amtsarzt. Wie gehts weiter?**

**Beitrag von „Dalyna“ vom 8. Juli 2012 11:38**

Eiweiß ist sicher nicht schlecht. Am besten und effektivsten habe ich persönlich mit Low Carb abgenommen und das Gewicht dann auch gehalten. Es hatte vor allem für mich den Vorteil, auch wenn ich auf meine geliebten Nudeln verzichten musste, dass ich alles andere in Mengen essen konnte und keinen Hunger hatte.

Beim Fragebogen hab ich den Momentan-Stand sozusagen angegeben und den Hausarzt, der mich am längsten behandelt und daher am ehesten Aussagen treffen könnte.