

Entgegen der landläufigen Meinung ist Zucker laut einer neuen Studie nicht der Treiber für Prädiabetes. Die Forscher überprüften Daten aus der National Health and Nutrition Examination Survey, 2013-2018, und stellten fest, dass sowohl bei Erwachsenen mit normalem Blutzuckerspiegel als auch bei Prädiabetes der zusätzliche Zuckerkonsum das Risiko für Prädiabetes nicht signifikant erhöhte.

Frühere Forschungen zeigen, dass Prädiabetes und Typ-2-Diabetes durch Insulinresistenz (Zensur) verursacht werden, die mit der Tendenz einer fetthaltigen Ernährung zusammenhängt, Fettaufbau in Muskel- und Leberzellen zu verursachen.

Verweise:

1. Sneed NM, Azuero A, Moss J, Goss AM, Morrison SA. Der Gesamtkonsum von zugesetztem Zucker ist bei Erwachsenen in den USA nicht signifikant mit dem Risiko für Prädiabetes verbunden: National Health and Nutrition Examination Survey, 2013-2018. *medRxiv*. Online veröffentlicht am 8. August 2022. doi:10.1101/2022.08.22.22279065
2. Petersen KF, Dufour S., Befroy D., Garcia R., Shulman GI. Beeinträchtigte mitochondriale Aktivität bei insulinresistenten Nachkommen von Patienten mit Typ-2-Diabetes. *N Engl J Med*. 2004;350(7):664-671. doi:10.1056/NEJMoa031314

Diabetiker wissen das eigentlich, denn Sie sehen, dass das Absetzen von Zucker (Süssigkeiten und Co.) nicht viel bei den Blutzuckerwerten ändert.

Wir klären in unserer Onlineberatung auf. Sie werden bereits nach wenigen Tagen sehen, wie sich der Blutzuckerwert normalisiert - und zwar wesentlich besser als alle Medikamente und I.-Spritzen (Zensur), ohne Nebenwirkungen.