

Ernährung bei Diabetes: Keiner weiss so richtig Bescheid. Da lesen Sie auf Diabetes-Informationsseiten und -Büchern **«Verzicht muss nicht sein: Menschen mit Diabetes dürfen praktisch alles essen»**.

Niemand stellt sich die Frage, warum wir Menschen als einzige Spezies auf der Welt krank werden, Ärzte und Medikamente brauchen. Die Ursachen sind immer noch unklar. Oft hören Sie von Ärzten, dass eine Diabeteserkrankung vererbt sei, Übergewicht, Bewegungsmangel und zuviel Süssigkeiten seien auch nicht so gut. Mehr Wissen ist kaum vorhanden. «Doch, der Zuckerstoffwechsel müsste man etwas genauer betrachten, aber nehmen Sie am besten diese Diabetes-Medikamente, dann müssen Sie keine Angst haben und können alles essen», meint Ihr Arzt.

Vielleicht möchten Sie jedoch etwas mehr wissen? Warum Sie erkrankt sind und ob die Ernährung nicht doch einen grossen Einfluss auf Diabetes hat. **[Und warum gibt es verschiedene Diabetes-Formen?](#)**

Wenn Sie zum Thema Diabetes im Fernsehen Sendungen von Ärzten und/oder Ernährungsberatern- mit oder ohne Docs anschauen, werden Sie falsch informiert. So auch in Büchern und zu 99 % auf Internetseiten. Sogar Alternative Beratungen zur Schulmedizin informieren Sie nur mit einem schwachen Wissen. Sie werden mit diesen Ernährungsvorschlägen, -Rezepten und -Diäten keinen Erfolg haben. Der Blutzuckerwert wird nicht in den normalen Bereich kommen und Sie sind weiterhin auf Medikamente angewiesen. Doch auch mit den Medikamenten kommen Sie nicht in den normalen Bereich (**unter:** < 100 mg/dl / < 5,6 mmol/l), weil diese die normale Ins.-Produktion (Zensur) der Speicheldrüse unterdrückt.

Bei Diabetes liegt das Problem hauptsächlich in der korrekten Ernährung und an genügend Bewegung. Bei Diabetes Typ1 und Diabetes Typ3, der in der Schulmedizin keine Beachtung findet, sollten Sie sich tatsächlich mehr bei der Ernährung einschränken. Das heisst, Sie können alles was richtig gesund für uns Menschen ist, geniessen.

Beim Diabetes Typ2 ist die Einschränkung nicht so gross. Da können Sie auch Nahrungsmittel essen, die nicht so gesund sind.

All das wird in den oben genannten Sendungen, Beratungen, Internetseiten und Büchern nicht berücksichtigt. Es wird einfach darauf hingewiesen, man soll doch Zucker und Kohlenhydrate etwas meiden. Nur damit erreichen Sie nichts!

Wir informieren Sie individuell, wie Ihr Körper selber gesund wird und es Ihnen wieder gut geht. Wie sich offene Wunden schliessen und Ekzeme heilen können.

Gefährlich mit einem hohen Risiko an Krebs zu erkranken oder Extremitäten zu verlieren, sind Sprüche wie, ich bin mit meinen Medikamenten gut eingestellt und kann deshalb alles essen. Das kann 10 bis 20 Jahre gut gehen... Doch plötzlich und sehr schnell... leiden Sie brutal.

[Diabetes Typ 2 mellitus: heilen und gesund werden](#)