



Newsletter GfV für August 2011

Thema: Zuckerkrankheit

Liebe Leserinnen und Leser,

dass Wohlstand nicht nur positive Auswirkungen hat, zeigen manche Krankheiten, deren Häufigkeit parallel zum Lebensstandard deutlich angestiegen ist. Ein Paradebeispiel dafür ist der Diabetes mellitus Typ 2, die Zuckerkrankheit. Sie ist aufgrund des oft unbemerkt verlaufenden Krankheitsbeginns, der schwierigen Behandlung und der gefährlichen Spätfolgen zu einer der größten Herausforderungen der Medizin des 21. Jahrhunderts geworden.

Wie man das persönliche Erkrankungsrisiko senken kann und warum die früher übliche Bezeichnung „Altersdiabetes“ heute nicht mehr gilt, erfahren Sie in diesem Newsletter.

Mit den besten Wünschen

Ihre GfV

P.S.: Falls Sie den Newsletter künftig nicht mehr erhalten möchten, schicken Sie uns einfach eine kurze E-Mail.

Diabetes mellitus Typ 2 – wenn die Bauchspeicheldrüse überfordert ist



Quelle: fotolia.de

Die Zuckerkrankheit ist seit Jahrhunderten, manchen Quellen zufolge sogar schon seit Jahrtausenden bekannt. Relativ neu ist allerdings, dass sich der Diabetes von einer seltenen Alterserkrankung hin zu einer Volkskrankheit gewandelt hat, die Schätzungen zufolge bald jeden zehnten Deutschen betrifft. Von

„Altersdiabetes“, so die früher auch unter Medizinern übliche Bezeichnung, kann heute keine Rede mehr sein: 30- oder 40-jährige

- ▶ Diabetes mellitus Typ 2 – wenn ...
- ▶ Hausgemachte Ursachen
- ▶ Engmaschige Kontrollen ...

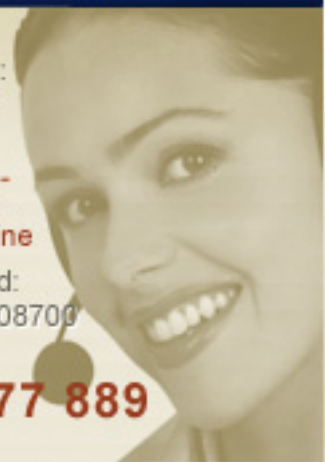
Kostenlose Beratung

Montag - Freitag:
8:00 - 12:00 Uhr

Mittwoch:
vom 01.08.2011 -
09.09.2011 keine
Nachmittag-Hotline

Aus dem Ausland:
0049 / 821 / 49708700

0800 00 77 889



Diabetiker sind keine Seltenheit mehr, und erschreckender Weise wird sogar schon im Kindesalter die Diagnose gestellt. Diabetes entsteht bei einem Anstieg des Blutzuckerspiegels, der durch einen Insulinmangel bedingt ist. Das körpereigene Hormon Insulin, das in der Bauchspeicheldrüse produziert wird, sorgt normalerweise dafür, dass Zucker aus dem Blut in die Körperzellen gelangt, wo er als Energielieferant benötigt wird. Im Gegensatz zum seltenen Diabetes Typ 1, bei dem vermutlich aufgrund einer Autoimmunreaktion ein echter Insulinmangel vorliegt, ist beim Typ-2-Diabetes zumindest im Anfangsstadium der Krankheit oft noch genug Insulin vorhanden, die Zellen reagieren jedoch nicht ausreichend darauf.

Hausgemachte Ursachen

Die Ursachen dafür sind hausgemacht: zu viel zuckerhaltige Nahrung, zu wenig Bewegung. Wer jetzt den Hebel umlegt und den Blutzucker durch einen aktiveren Lebensstil, die Verringerung von Übergewicht und die Anpassung der Ernährung senkt, kommt oft ohne Medikamente aus und kann die Blutzuckerwerte auch langfristig im Normbereich halten. Ein Weitermachen wie bisher hat dagegen schwere Folgen: Die Bauchspeicheldrüse produziert immer mehr Insulin und versucht damit, den Blutzucker zu senken. Auf Dauer ist das Organ für diese permanente Höchstleistung nicht geschaffen, die insulinproduzierenden Zellen gehen zugrunde. Jetzt helfen nur noch regulierende Medikamente und langfristig oft nur das Spritzen von künstlichem Insulin.



Quelle: fotolia.de

Die Ursachen dafür sind hausgemacht: zu viel zuckerhaltige Nahrung, zu wenig Bewegung. Wer jetzt den Hebel umlegt und den Blutzucker durch einen aktiveren Lebensstil, die Verringerung von Übergewicht und die Anpassung der Ernährung senkt, kommt oft ohne Medikamente aus und kann die Blutzuckerwerte auch langfristig im Normbereich halten. Ein Weitermachen wie bisher hat dagegen schwere Folgen: Die Bauchspeicheldrüse produziert immer mehr Insulin und versucht damit, den Blutzucker zu senken. Auf Dauer ist das Organ für diese permanente Höchstleistung nicht geschaffen, die insulinproduzierenden Zellen gehen zugrunde. Jetzt helfen nur noch regulierende Medikamente und langfristig oft nur das Spritzen von künstlichem Insulin.

Das Tückische an der Erkrankung ist das späte Auftreten erster Symptome. So lange die Bauchspeicheldrüse noch regulierend tätig ist, lässt sich der Diabetes nur anhand eines Blutbildes feststellen. Auch die ersten Beschwerden wie ein vermehrtes Durstgefühl und leichter Juckreiz wirken harmlos. An einen Arzt wenden sich Betroffene daher oft erst dann, wenn Abgeschlagenheit, Sehstörungen und häufige Infekte hinzukommen. Zu den langfristigen Folgeschäden gehören Herzinfarkt, Schlaganfall, Durchblutungsstörungen in den Beinen und Füßen, Nierenschäden sowie Netzhautveränderungen – allesamt das Ergebnis davon, dass der Zucker im Blut den feinen Verästelungen der Adern schadet und aus diesem Grund die Durchblutung nicht mehr einwandfrei funktioniert.

Unser Magazin



[Mehr Info](#)

Newsletter - PDF Druckversion



Der Umwelt zuliebe:
Mit bedacht ausdrucken.

[Mehr Info](#)

Gesellschaft für Vitalpilzkunde e. V.

VR 200244, Amtsgericht Augsburg
1. Vorsitzender Dr. med. Heinz Knopf
Spendenkonto:
Augusta Bank
BLZ: 720 900 00
Kontonr: 723 85 41

Engmaschige Kontrollen plus Coprinus



Jede Entgleisung des Blutzuckerspiegels erhöht das Risiko, dass es zu den beschriebenen Folgeschäden kommt. Neben der Umstellung der Lebensweise sollten Diabetiker deshalb engmaschig ihre Blutwerte kontrollieren und bei Bedarf durch Medikamente oder Insulin gegensteuern.

Sinnvoll sind Ernährungsberatungen und Schulungen, die unter anderem von Krankenkassen und Volkshochschulen angeboten werden. Unterstützend bieten sich auch einige Vitalpilze als Nahrungsergänzung an – insbesondere der Coprinus, der nachweislich zur Regulation des Blutzuckerspiegels beitragen kann, indem er die Insulinausschüttung in der Bauchspeicheldrüse anregt. Der Coprinus wirkt damit ähnlich effektiv wie ein gegen Diabetes eingesetztes Medikament und hat zugleich den Vorteil, dass seine Bioaktivstoffe vor Ablagerungen in den Blutgefäßen schützen. Weitere in Studien und in der naturheilkundlichen Praxis bei Diabetes bewährten Vitalpilzen sind der Agaricus blazei Murill, der Maitake, der Reishi, der Shiitake und der Auricularia.

