

Verein für Homöopathie

und Lebenspflege e.V.
Heidenheim



Bericht von unserem Vortrag

„Klassische Homöopathie bei Diabetes mellitus“

am Montag, 25. März 2019

Referentin: Ulrike Horak, Heilpraktikerin, Klassische Homöopathin, Giengen

Die Referentin verstand es, Hintergründe und Zusammenhänge dieser weit verbreiteten schweren chronische Erkrankung, Zuckerkrankheit genannt, verständlich zu machen.

Überblick:

Typ-1-Diabetes wird durch einen absoluten Mangel des Hormons Insulin verursacht und beginnt meist im Kindes- oder Jugendalter.

Typ-2-Diabetes beginnt meist schleichend, er wurde früher auch als "Altersdiabetes" bezeichnet. Es erkranken jedoch in den letzten Jahren auch zunehmend junge Erwachsene, sogar Jugendliche daran. Neben einer erblichen Veranlagung gelten Übergewicht und Bewegungsmangel als die wichtigsten Verursacher. Es gibt auch den latenten Diabetes, der nur bei Belastungen und Stress auftritt.

Der Ausgangspunkt beim Typ-2-Diabetes liegt in der gestörten Blutzuckerregulation in den Körperzellen: Die Bauchspeicheldrüse produziert anfangs meist noch genug Insulin, aber es kann seine Wirkung nur unzureichend entfalten, die Körperzellen werden zunehmend unempfindlich dagegen (Insulinresistenz). Als Reaktion darauf veranlasst der Körper, dass immer mehr Insulin hergestellt wird, was dazu führt, dass die Bauchspeicheldrüse nicht genügend Insulin für den erhöhten Bedarf liefern kann und „erschöpft“. Dann stellt sich ein absoluter Insulinmangel ein.

Spätfolgen:

Es ist wichtig, Diabetes rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln, denn die Schäden sind erheblich. Diese sind v.a. Gefäßschäden, Neuropathien und verminderte Abwehrkräfte. Bei einem schlecht eingestellten Diabetes treten diese bereits nach 5 – 10 Jahren ein, bei einem gut eingestellten nach 10 – 20 Jahren.

Therapie in der Schulmedizin:

Am wichtigsten sind zunächst regelmäßige Bewegung, angepasste Ernährung und ein normales Körpergewicht, d.h. es wird immer zuerst versucht, mit konsequenten Lebensstiländerungen auszukommen. Ist dies nicht erfolgreich, stehen verschiedene Medikamente zur Verfügung, die zum Beispiel als Tabletten eingenommen werden können. Erst wenn es auch mit diesen Medikamenten nicht gelingt, die Erkrankung in den Griff zu bekommen, müssen Typ-2-Diabetiker Insulin spritzen.

Was kann man noch tun?

Lebensmittel mit niedrigem glykämischen Index zu sich nehmen, ballaststoffreiche Kost, Wasser trinken, Nüsse, Öle, Eiweiß. Die Kombination von Kohlehydraten und Fett mästet.

Pflege und Stärkung der Darmflora – u.a. mit Präbiotika, Inulin (Nahrung für die Darmbakterien)

Besonders zu empfehlen:

Zimt – senkt den Blutzuckerspiegel, Insulinrezeptor wird repariert

Reduziertes Glutathion – stärkt Immunsystem, entgiftet - im Broccoli, grünem Gemüse, Spinat, Petersilie

Betaclucane – vor allem im Hafer - reduzieren den Blutzuckerspiegel und verbessern die Insulinresistenz.

Selen – starkes Antioxidans

Vitamin E – Zellschutzvitamin, senkt den Blutzuckerspiegel – in Pflanzenölen, Nüssen und Samen

Mangan – in Thymian, Zimt

Omega-3-Fettsäuren – Leinöl, Hanföl, Chiasamen, Leinsamen (6 Esslöffel Öl/Tag, Buttwig-Creme – Quark-Leinöl-Creme)

Chrom – verringert die Insulinresistenz, oft ist dieser Spiegel im Blut zu niedrig - in Broccoli, Nüssen, Zimt oder als Kapseln einnehmen.

Chinesische Heil- oder Medizinalpilze – Insulineinnahme kann reduziert werden, helfen auch bei Krebs, regulieren das gestörte Immunsystem. Bis 6 Pilze sind kombinierbar, 6 bis 12 Monate lang einnehmen – z.B. Coprinus, Maitake, Agaricus.

Stimulantien wie Kaffee, Schwarztee verstärken autoimmunen Schübe – auch bei Schimmelkäse und erhöhtem Eiweißkonsum

Klassische Hömöopathie

Wichtig – Behandlung bei dieser schweren Erkrankung nur durch einen Therapeuten.

Die homöopathische Konstitutionstherapie kann vorbeugen, begleiten und behandeln. Sie kann die Insulinresistenz verringern und helfen, die Spätfolgen abzumildern bzw. aufzuhalten.

Die Behandlung soll auch verhindern helfen, dass man an Krebs erkrankt, da dieser mit Diabetes zusammenhängen kann. Oft treten auch mehrere Autoimmunerkrankungen und Krebs zusammen auf.