

--- Auszug / Kurzfassung ---

Vitamin D kann Diabetes vorbeugen und behandeln

Von Max Langen

OMNS (2. Mai 2023) Mehr als 460 Millionen Menschen, fast 6 % der Weltbevölkerung, leiden an Typ-2-Diabetes, der häufigsten Form. Mehr als 1 Million Todesfälle pro Jahr sind auf diese Krankheit zurückzuführen, was sie zu einer der häufigsten Todesursachen macht. Und die Zahl der Neuerkrankungen nimmt weltweit ständig zu. Bis zum Jahr 2030 werden mehr als 7 % der Bevölkerung an Typ-2-Diabetes erkrankt sein.

Neben der hohen Zahl an Todesfällen, die durch Diabetes in "normalen", nicht pandemischen Jahren verursacht werden, ist er auch einer der wichtigsten Risikofaktoren für schwere oder tödliche Verläufe von Covid-19. Eine neue Meta-Analyse zeigt, dass Diabetes für 17 % der Todesfälle durch Covid-19 verantwortlich ist. Diabetes ist ein starker Risikofaktor für tödliche Verläufe von Infektionskrankheiten. Bis heute gibt es mehr als 7,5 Millionen offizielle Covid-Todesfälle. Nach den Ergebnissen der neuen Meta-Analyse hätten ca. 1,3 Millionen dieser Todesfälle vermieden werden können, wenn niemand auf der Welt an Diabetes leiden würde.

Diabetes hat verschiedene Ursachen und Risikofaktoren, darunter eine ungesunde, entzündungsfördernde Ernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht/Fettleibigkeit, verschiedene Mikronährstoffmängel und mitochondriale Dysfunktion. Mit einer kohlenhydratarmen Ernährung, einer ketogenen Diät oder intermittierendem Fasten lässt sich Diabetes stark reduzieren und sogar rückgängig machen. Dieser Artikel konzentriert sich jedoch auf die Rolle von Vitamin D.

Der Gehalt an Vitamin D und seinen Kofaktoren Magnesium und Vitamin K2 ist weltweit bei vielen Menschen unzureichend. Dieser Mangel beeinträchtigt die Funktion des körpereigenen Immunsystems und trägt zu weit verbreiteten Krankheiten und Todesfällen bei, die durch angemessene Ergänzung verhindert werden könnten. In vielen Fällen kann Typ-2-Diabetes verhindert und rückgängig gemacht werden mit einem Protokoll essenzieller Nährstoffe, das Vitamin D, Magnesium, Vitamin K2 und eine leichte Einschränkung der Ernährung durch eine zuckerarme Diät mit buntem rohem und gekochtem Gemüse umfasst. Viele Menschen, einschließlich medizinischer Fachleute, sind sich des Problems und seiner Lösung nicht bewusst. Bitte verbreiten Sie die Nachricht!