

--- Auszug / Kurzfassung ---

Benfotiamin bei der Behandlung von Insulinresistenz bei Diabetes Typ 2: Ein persönlicher Bericht

Kommentar von Apotheker Stuart Lindsey

OMNS (12. Mai 2023) Es wurde spekuliert, dass Typ-II-Diabetes eigentlich ein Problem des Kohlenhydratstoffwechsels ist. Ich spekuliere auch, dass Typ-II-Diabetes realistischerweise eher ein Problem der Insulinresistenz als der Insulinzufuhr ist. Ich denke, dass die Insulinresistenz durch die Einnahme von Benfotiamin reguliert werden kann.

Benfotiamin ist im Grunde eine fettlösliche Version des wasserlöslichen B-Vitamins Thiamin. Der Körper wandelt Benfotiamin in Thiamin um. Da Benfotiamin jedoch besser absorbiert wird, erhöht es den Thiaminspiegel besser als Thiamin allein.

Die Regulierung der Insulinresistenz ist besser als die Verwendung von Insulinspritzen bei Typ II, da Insulin eine Hyperinsulinämie erzeugt, die für den Menschen nicht gut ist. Ich behaupte, dass die Verwendung von Benfotiamin zur Senkung der Insulinresistenz die Nebenwirkungen der Hyperinsulinämie verhindert.

Thiaminverluste können durch verschiedene Umstände verursacht werden. Eine Ernährung etwa, die viel verarbeitetes Getreide und weißen Reis enthält, führt dazu, dass der Körper Thiamin ausscheidet, obwohl es für die Herzleistung benötigt wird. Zu den Symptomen eines Thiaminmangels gehören ein geschwächter Herzmuskel und sogar Herzversagen.

Meine Literaturrecherche zeigt mir, dass Benfotiamin eine Wirkung auf die Insulinresistenz hat, die Thiamin allein nicht hat. Wenn Benfotiamin zur Senkung der Insulinresistenz eingesetzt wird, kann der Körperzucker leichter in das Gewebe gelangen. Ich denke, dass der leichtere Zugang zu den Geweben die Stimulierung von Leptin (das das Sättigungsgefühl steuert) ermöglicht. Dies führt dazu, dass Benfotiamin als Nebeneffekt den Appetit zügelt, was im Laufe der Zeit zu einer Gewichtsabnahme führt, weil man einen Teil der Kalorien ignoriert, da man nicht hungrig ist. In den 10 Jahren, in denen ich Benfotiamin einnehme, habe ich fast 100 Pfund (~ 45,4 kg) abgenommen. Ein Teil meines Gewichtsverlusts ist auf Krankheiten zurückzuführen, aber die langfristige Unterdrückung meines Appetits scheint eine kumulative Wirkung auf mein Körpergewicht gehabt zu haben. Diese Verringerung könnte auch ein Grund dafür sein, dass meine Insulinresistenz besser anspricht; ich muss weniger Gewicht mit mir herumtragen, das zu ernähren ist.

...