

ZUR SOFORTIGEN FREIGABE

Orthomolekularer Medizinischer Informationsdienst, 12. Mai 2023

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 [C₁₉H₂₃N₄O₆PS] ist im Grunde eine fettlösliche Version des wasserlöslichen B-Vitamins Thiamin [Vitamin B₁, C₁₂H₁₇N₄OS+]. 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.

Ein wenig Vorgeschichte

Vor zwei Jahren war ich mit einer nicht diagnostizierten Herz-Kreislauf-Erkrankung im Krankenhaus. Während man versuchte, herauszufinden, was mit mir los war, gab man mir drei Tage lang nichts zu essen und nur sehr wenig zu trinken, in der Erwartung, dass ich weitere Probleme haben würde. Mit einem Monitor über meinem Kopf, der meine Vitalwerte überwachte, entdeckte ich etwas sehr Interessantes. Meine Parameter, die aus der Reihe getanzt waren, einschließlich Blutdruck und Blutzucker, kehrten alle in den Normalbereich zurück. Als ich sah, wie sich diese Werte von selbst korrigierten, kam mir der Verdacht, dass das Problem in meiner Überernährung lag. Ich war plötzlich misstrauisch gegenüber der pharmazeutischen Medizin. Als ich den Ärzten im Krankenhaus sagte, sie sollten sich grundsätzlich von mir fernhalten, schrieben sie in meine Krankenakte, dass sie eine ungewöhnliche Situation hätten: "Wir haben einen Apotheker in unserer Obhut, der uns nicht vertraut." Das tat ich in der Tat nicht, vor allem als einer der beratenden Ärzte sogar eine Gehirnoperation empfahl. Ich bin überzeugt, dass ich eine Art Kardiomyopathie hatte, weil ich zwei Covid-Spritzen bekommen hatte. Jetzt, zwei Jahre später, meint mein Arzt, ich könnte Recht haben.

Ich beschloss, meine Blutdruck- und Zuckermedikamente eine Zeit lang abzusetzen, um zu sehen, was über einen längeren Zeitraum hinweg passieren würde. Das einzige, was ich weiterhin nahm, war Benfotiamin 500 mg, viermal täglich, und gelegentlich Tramadol (*Schmerzmittel*). Ich wurde ohne Diagnose aus dem Krankenhaus entlassen, aber ich nahm weiterhin Benfotiamin und Tramadol ein. Bei einem geplanten Besuch ließ mein Hausarzt meinen Hämoglobinwert A1c bestimmen. Alle sagten mir, dass ich krank werden würde, wenn ich meine Zuckermedikamente nicht mehr einnehmen würde, aber diesen Monat, vor 2 Jahren, habe ich meine Testergebnisse zurückbekommen, und ich habe 6,3 [%] auf der Hämoglobin-A1c-Skala. Es sieht so aus, als hätte das Benfotiamin meine Insulinresistenz manipuliert.

Warum es zu funktionieren scheint

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.

Einige meiner Vitaminkunden haben mir berichtet, dass sie ihre Vitamine an dem Tag eingenommen haben, an dem sie eine Festtagsmahlzeit zu sich nehmen wollten, und sie waren der Meinung, dass das Benfotiamin ihren Appetit so erfolgreich unterdrückte, dass es ihnen das Abendessen verdarb. Mit anderen Worten, man hat einfach keinen Hunger mehr. Was für ein Nebeneffekt!

Zusätzlicher Nutzen

Ich denke, wenn Benfotiamin zur Regulierung der Herzleistung eingesetzt wird, wirkt es wie ein aktives Diuretikum, das die Nierenbelastung senkt und damit möglicherweise die Notwendigkeit einer Dialyse verringert. Ich habe einen Freund, der eine Vorgeschichte an Herzversagen hatte. Ich habe ihn auf Benfotiamin gebracht. Sein Arzt sagte, er sei der erste von tausend Menschen, den er von der Dialyse befreit sieht. Alles, was die Notwendigkeit einer Dialyse verringern kann, sollte weiter untersucht werden.

Die Frage des Insulinabbaus bringt es mit sich, dass man seinen Blutzucker nicht nur einmal, sondern mehrmals am Tag kontrolliert. Der Versuch, Thiamin zu kontrollieren, ist nicht einfach: Es gibt keine direkte Messung von Thiamin im Körper. Man muss dies indirekt mit Hilfe von Thiaminpyrophosphat (TPP) tun. Aber Sie wissen, dass Sie zu viel Thiamin zu sich genommen haben, wenn Ihr Urin anfängt, ein wenig "vitaminartig" zu riechen. Wenn Sie dann die Einnahme ein paar Tage lang reduzieren, verschwindet der Geruch des Urins. Ich gehe davon aus, dass Ihre Blutwerte entsprechend gesunken sind, weil Sie das Thiamin wieder in einen Bereich gebracht haben, in dem es nicht mehr in den Urin übergeht.

Die appetithemmende Wirkung von Benfotiamin ist eine Funktion, die sich nicht sofort zeigt. Ich habe mir die Appetithemmung erst angeschaut, als mein Gewicht bereits zu sinken begann und ich nicht sicher war, warum es sank. Es ist keine sofortige Wirkung. Bei mir hat es 10 Jahre gedauert, aber, nochmals, ich habe fast 100 Pfund verloren. Ich schließe daraus, dass die Appetithemmung ein

indirekter Effekt von Benfotiamin ist, das langsam die Insulinresistenz senkt. Dies könnte in der Tat eine Win-Win-Situation sein.

(Die Leser erinnern sich vielleicht an Dr. Stuart Lindsey als den frustrierten Apotheker <http://orthomolecular.org/resources/omns/v08n05.shtml> mit einem besonderen Interesse an Typ-2-Diabetes <http://www.doctoryourself.com/omns/v08n19.shtml> . Wie bei allen OMNS-Veröffentlichungen sind diese Aufsätze nicht als Ersatz für eine medizinische Beratung gedacht. Personen sollten ihren eigenen Arzt konsultieren, bevor sie eine gesundheitliche Entscheidung treffen. - Andrew W. Saul, Herausgeber)

Referenzen:

1. Thornalley PJ: The potential role of thiamine (vitamin B-1) in diabetic complications. *Curr Diabetes Rev*, 2005; 1:287-298
2. Brighthope IE (2012) *The Vitamin Cure for Diabetes: Prevent and Treat Diabetes Using Nutrition and Vitamin Supplementation*. Basic Health Publications ISBN-13: 978-1591202905.
3. <http://www.doctoryourself.com/diabetes.html>
4. World Health Organization. Diabetes. Retrieved from [<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>]
5. Action to Control Cardiovascular Risk in Diabetes Study Group, Gerstein HC, Miller ME, Byington RP, et al: Effects of intensive glucose lowering in type II diabetes. *N Engl J Med*, 2008; 358: 2545-2559.
6. Substituting Vitamins and Supplements for Pharmaceuticals in Type 2 Diabetes. *Orthomolecular Medicine News Service*, May 28, 2012 <http://www.doctoryourself.com/omns/v08n19.shtml>
7. Confessions of a Frustrated Pharmacist by Stuart Lindsey, PharmD. (OMNS, Jan 30, 2012) <http://www.doctoryourself.com/omns/v08n05.shtml>

Ernährungsmedizin ist orthomolekulare Medizin

Die orthomolekulare Medizin setzt eine sichere und wirksame Ernährungstherapie zur Bekämpfung von Krankheiten ein. Für weitere Informationen: <http://www.orthomolecular.org>

Der von Experten begutachtete Orthomolecular Medicine News Service ist eine gemeinnützige und nicht-kommerzielle Informationsquelle.

Redaktioneller Prüfungsausschuss:

(please see at end of the original english version)
(bitte sehen Sie am Ende der engl. Originalversion nach).

(übersetzt mit DeepL.com, v19n25, GD)