

Spektakuläre Ergebnisse eines Experiments: Mit dieser einfachen Lösung kommen Diabetes Patienten vom Insulin los

[19. Oktober 2018 aikos2309](#)



Drei schwer-krankte Diabetes Patienten, die seit Jahren an Typ-2-Diabetes litten, haben jetzt an einem ungewöhnlichen Experiment teilgenommen. Sie begannen mit dem sogenannten Intervallfasten.

Dabei legten sie regelmäßig Essenspausen von 24 Stunden ein. Die Ärzte der drei Diabetes-Patienten berichteten jetzt in der „Welt“ von den erstaunlichen Erfolgen des Intervallfastens bei Diabetes.

Nach fünf Tagen Insulin-frei

Bereits nach fünf Tagen konnte der erste Patient seine Insulinspritzen weglassen. Der zweite brauchte die Spritzen nach 13 Tagen nicht mehr und nach 18 Tagen konnte der dritte Patient des Experiments die Insulinspritzen weglassen.

Bislang hat die Mehrheit der Schulmediziner behauptet, dass Diabetes nicht heilbar sei und dass man die Krankheit nur mit Medikamenten behandeln und überleben könne.

Ganz ohne neue Medikamente, Behandlungen oder Operationen konnten diese drei Männer ihre Insulinspritzen weglassen. So einfach mit der Methode des sogenannten Intervallfastens. Anstatt täglich drei große oder fünf kleine Mahlzeiten zu sich zu nehmen, legt man regelmäßig Essenspausen ein, die jeweils 24 Stunden dauern ([Die 7 Methoden des Intervallfastens](#)).

Therapeutisches Fasten

Das Experiment wurde unter ärztlicher Aufsicht in einer Ernährungsklinik in Toronto (Kanada) durchgeführt und wird dort nicht als Intervallfasten, sondern therapeutisches Fasten bezeichnet. Die Ergebnisse des Experiments wurden von den Ernährungsmedizinern im British Medical Journal veröffentlicht.

Bereits andere Ärzte sollen diese Art der therapeutischen Ernährung bei Patienten angewandt haben, um diese vom Insulin wegzubekommen.

Auch in Deutschland setzen sich Ärzte für das Intervallfasten ein. Der Chefarzt und Diabetologe Stephan Martin in Düsseldorf hält den Bericht der Ärzte aus Toronto für absolut seriös. Auch bei Dr. Martin konnten Patienten nach kurzer Zeit auf Insulin verzichten, als sie unter seiner Aufsicht mit dem Intervallfasten begonnen haben ([Warum Hunger und Fasten für den Stoffwechsel gesund sind](#)).

Radikaldiät

Als Vorreiter der Studie gilt ein Mediziner aus Newcastle, Großbritannien. Roy Taylor veröffentlichte bereits vor zwei Jahren eine Studie. Er hatte 30 Patienten mit Typ-2-Diabetes auf eine radikale Diät gesetzt.

Die Patienten durften acht Wochen lang nur flüssige Nahrung und täglich maximal 200 Gramm Gemüse zu sich nehmen, maximal 800 Kalorien am Tag.

Vor allem Patienten, die erst seit kurzer Zeit unter Diabetes litten, brauchten nach der Radikalkur keine Medikamente mehr. Sie müssen aber weiter streng auf ihre Ernährung achten. Die drei Männer aus Toronto jedoch waren schon lange krank.

Sie hatten zudem Bluthochdruck und zu hohe Cholesterinwerte. Nach dem Intervallfasten galten für sie folgende Ernährungsregeln: Keine „leeren“ Kohlehydrate wie Kuchen, Weißbrot oder Nudeln. Dafür viel Gemüse und Obst. Trinken dürfen sie nur noch Wasser, Kaffee, Tee und Brühe ([Reinigung der inneren Organe: Entschlacken und entgiften Sie Ihren Körper](#)).

3x Intervallfasten pro Woche

An Fastentagen sollte viel getrunken, aber nur abends eine Mahlzeit gegessen werden. Zwischen den beiden Abendessen sollte eine Zeitspanne von 24 Stunden liegen. Die Ärzte empfahlen drei solche Fastentage pro Woche. Zwei Männer wollten sogar jeden zweiten Tag fasten.

Alle drei fühlen sich heute hervorragend. Anfangs sei die Sucht nach Kohlehydraten zwar noch sehr groß gewesen, doch jetzt sei das Fasten einfach und sie verspürten eine ganz neue Energie in sich. Zudem verloren die Männer bis zu zehn Kilo Gewicht.

Chefarzt Martin aus Düsseldorf ist angesichts der Ergebnisse empört. Man müsse in der Behandlung von Typ-2-Diabetes gründlich umdenken. Es sei ein „gesundheitspolitischer Skandal“, dass in Deutschland noch so viel Insulin verordnet werde.

Patienten würden das Medikament schon oft bekommen, bevor man andere Heilmethoden ausprobiert hätte. Dabei sei klar, dass sich Gewichtsverlust positiv auf die Krankheit auswirke.