

# Diabetes mellitus Typ II: Vom Stigma zum Wendepunkt

Eine frühe Diagnose ist entscheidend für den Therapie-Erfolg | Jürgen Lueger

**Mehr als 23 Millionen Europäer sind an Diabetes mellitus Typ II – der Zuckerkrankheit – erkrankt, sechs Millionen von ihnen leben in Deutschland. Für 2025 rechnet die Weltgesundheitsorganisation (WHO) mit sechzig Millionen Betroffenen europaweit. Fachleute sprechen von einer wahren „Diabetes-Epidemie“.**

Wie bei jeder Erkrankung ist die frühe Diagnose entscheidend für den schnellen Erfolg von Therapien, auch um eventuelle Spätkomplikationen zu vermeiden. Mögliche schwere Spätfolgen wären Amputation der Gliedmaßen, Erblindung, Nierenversagen, Schlafanfall oder Herzinfarkt. Je länger die Erkrankung unbehandelt bleibt, desto wahrscheinlicher entwickeln sich Spätfolgen. Leider wissen viele Menschen nicht, dass sie bereits unter Diabetes mellitus Typ II leiden, da sich die Symptome zunächst schwach oder gar nicht zeigen. Die ersten Anzeichen sind starker Durst, häufiges Wasserlassen, unbegreifliche Gewichtsschwankungen, Sehstörungen und unerklärlich starke Müdigkeit. Das Gute ist, dass sich eine mögliche Erkrankung relativ einfach anhand der Laborblutuntersuchung feststellen lässt. In einer gewissen Regelmäßigkeit sollte jeder Mensch sein Blut untersuchen lassen. Die gesetzlichen Krankenkassen haben diese Blutuntersuchung in ihrem Leistungsspektrum, ansonsten gibt jeder Mediziner darüber gerne Auskunft, was eine Kassenleistung ist und welche Leistung nicht übernommen wird.

Wird die Zuckerkrankheit nicht frühzeitig und konsequent behandelt, dann treten in allen Organsystemen ernsthafte Probleme auf. Diabetes mellitus Typ 2 ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, die zu erhöhtem Blutzuckerspiegel führt. Der hohe Blutzucker schädigt langfristig Nerven und Blutgefäße, was zahlreiche Organprobleme verursachen kann. Dies hat zur Folge, dass die Lebensqualität abnimmt und die Lebenserwartung deutlich sinkt.

## Übergewicht führt zu erhöhtem Risiko

Das Deutsche Institut für Ernährungsforschung in Potsdam-Rehbrücke hat im Rah-

men der „Europäischen Studie zu Ernährung und Krebs“ die Daten von 18.091 Studienteilnehmern (7.720 männlich, 10.371 weiblich) ausgewertet.

Innerhalb der siebenjährigen Studie erkrankten 390 Männer und 303 Frauen an einem Typ-II-Diabetes. Dabei kamen die Wissenschaftler zu dem Ergebnis, dass Frauen ein um 4,3-fach erhöhtes Diabetes-Risiko haben, wenn sie zwischen dem 25. und 40. Lebensjahr mehr als zwölf Kilogramm über ihrem Normalgewicht wogen. Das Risiko bei Männern erhöht sich um das 1,5-fache.

Es ist nie zu spät, Übergewicht abzubauen und das Erkrankungsrisiko zu senken.

Die Medizin steht bei chronischen Krankheiten wie bei Diabetes mellitus Typ II vor einer großen Herausforderung, da diese oft nur schwer in den Griff zu bekommen sind. Die konventionelle Medizin bietet dabei weniger Lösungsansätze als die Naturheilkunde. Das liegt letztendlich daran, dass der naturheilkundliche Ansatz immer den gesamten Menschen – sprich das gesamte System – behandelt.

*Eines gilt im besonderen Maße: Je präziser die Diagnose, desto besser die Therapie und die Erfolgsaussichten.*

Egal um welche chronische Erkrankung es sich handelt, die für mich beste Vorgehensweise ist folgende: Eine oftmals unterschätzte, aber gravierende Belastung ist das immer noch weit verbreitete Amalgam in Zahnfüllungen oder die unsachgemäße Entfernung dieser Füllungen. Dies führt oft zu einer erhöhten Schwermetallbelastung im Gewebe. Metalle sind Katalysatoren oxidativer Prozesse, d. h. sie fördern die Bildung freier Radikale, die dann zu Zell- und Gewebeschädigungen, Entzündungen und Alterungsvorgängen führen können. Sie sind ursächlich an alltäglichen Erkrankungen mitbeteiligt und verdrängen Mineralstoffe und Spurenelemente von ihren Enzymstellen, sodass der Stoffwechsel blockiert wird. Es kommt zu Mangelerscheinungen der verdrängten Stoffe (z. B. Magnesium- und Zinkmangelsymptome). Chronische Metallbelastungen können Eiweiße verändern, was zu Infektanfälligkeit,

Überempfindlichkeitsreaktionen und Autoimmunerkrankungen führen kann. Eine mögliche Lösung hierfür wäre eine gut geplante Chelattherapie, die abhängig sein sollte von den jeweils erhöhten Metallen.

Bei Zahnbehandlungen, wie sie durch wurzel-tote Zähne entstehen können, ist dies ähnlich. Hier hilft nur ein Besuch bei einem dafür spezialisierten naturheilkundlichen Zahnarzt. Denn auch hinter den Zähnen steckt ein ganzer Mensch. Diagnostisch wären unter Umständen der Cavitat-Test und der OroTox-Test eine sinnvolle Maßnahme.

*Grundlegend für eine erfolgreiche Behandlung sind immer die Laborblutuntersuchung und das gezielte Auffüllen der 47 essentiellen Vitalstoffe.*

Denn nur mit einer optimalen Vitalstoff-Versorgung kann der Körper erfolgreich seine Arbeit verrichten und sich gegen etwaige Krankheiten wehren.

Sehr wichtig bei chronischen Erkrankungen ist zudem die Harmonisierung von Elektrosmog und Strahlenbelastung. Wenn dem Körper diese Stressoren genommen werden, dann kann er komplett regenerieren und gesunden.

Sobald eine leichte Besserung der Beschwerden eintritt, sollte der Patient versuchen, in die Bewegung zu kommen. Gut sind täglich mindestens dreißig Minuten zu gehen, zu laufen oder Rad zu fahren – alles im Sauerstoff-Überschuss, also im aeroben Bereich.

Zusätzlich sollten wir den Körper von der Zuckerlast befreien und auf eine kohlenhydratfreie Ernährung umstellen. Ebenso wichtig ist auch das Auffinden und Harmonisieren von Nahrungsmittel-Intoleranzen, damit die versteckten Entzündungsmediatoren ausgeschaltet werden.

Eine solche Behandlung haben wir vor kurzem bei einer 34-jährigen Patientin durchgeführt. Sie schreibt dazu:

*„Seitdem ich mich erinnern kann, war ich immer übergewichtig. Mit jedem Lebens-*

*jahr nahm auch das Übergewicht entsprechend zu. Immer wieder versuchte ich abzunehmen, zunächst erfolgreich, aber nicht nachhaltig. Den vielbekannteren „Jo-Jo-Effekt“ kenne ich nur zu gut – immer wieder hatte ich nach der Diät mehr Gewicht als vor der Diät – ein deprimierendes Drama.*

*Als ich 28 Jahre alt war, wurde Diabetes mellitus Typ II diagnostiziert. Diese Schreckensnachricht hat mich vollkommen aus der Bahn geworfen. Mit einer gewissen Panik im Nacken habe ich in kürzester Zeit zwanzig Kilogramm abgenommen und damit meinen Diabetes ganz gut in den Griff bekommen. Als ich dann das Rauchen aufgegeben habe, kamen die Kilogramm wieder zurück und zwar alle zwanzig. Im gleichen Maße wie das Gewicht wieder kam, sind auch die Blutzuckerwerte schlechter geworden.*

*Jahrelang versuchte ich dann – mehr schlecht als recht – das Übergewicht und die Diabetes in den Griff zu bekommen. Im letzten Jahr lief dann das sprichwörtliche Fass über, als ich mit Burn-out langzeitkrank wurde. Als zusätzliche Belastung – im wahrsten Sinne des Wortes – habe ich weiter zugenommen. Meine Blutwerte wurden immer schlechter, bis Ende 2014 dann das „Ende der Fahnenstange“ erreicht war: Ich wurde mit einer Eileinweisung in eine Klinik gepackt. Der Diabetes wurde eingestellt und Insulin gespritzt, was ich bis dahin immer erfolgreich abgelehnt hatte.*

*Der Kampf gegen die Krankheit und das Übergewicht hatten eine neue Dimension erreicht, da die gesundheitlichen Probleme immer mehr wurden: Schilddrüsenunterfunktion, Übergewicht, Diabetes, Burn-out und jetzt auch noch das ungewollte Insulin.*

*Insulin macht nicht dick, richtig – aber verdammt hungrig und man möchte immer mehr und mehr essen – mit der Folge, dass man weiter an Gewicht zulegt.*

*Es gab für mich keinen Ausweg mehr, ich sah keine Perspektiven mehr. Wie sollte es mit mir – trotz meines jungen Alters (Jahrgang 1981) – weitergehen? Würde ich jemals wieder ein „normales“ Leben führen können?*

*An diesem Punkt begann eine wahre Odyssee durch viele Arztpraxen mit vielen Fach-*

*leuten und noch mehr Meinungen: Diabetologen, Endokrinologen, Allgemeinmediziner, uvm. Keiner konnte mir helfen.*

*Schlimm war, dass immer mehr Leiden hinzukamen, wie Bluthochdruck, Haarausfall, Schuppenbildung, Schlafprobleme und hohe Entzündungswerte im Blut.*

*Es folgten noch weitere Untersuchungen und Risikoüberprüfungen, wie das Schlaganfall-Risiko, Untersuchung der Halsschlagadern usw.*

*Ich dachte mir: Jetzt bin ich in der Mühle der Medizin. Ob ich da wieder gesund rauskomme?*

*Im Januar 2015 kam dann der Wendepunkt in meinem Leben. Ich habe die Ausbildung zum Mental Coach begonnen und durch diese wieder ganz neue Gesichtspunkte eröffnet bekommen. Neue mentale Stärke und kraftvolle Energie.*

*Der nächste Schritt war dann die Behandlung mit [dem oben beschriebenen, Anm. d. Verf.] ganzheitlichen Konzept.*

*Seit einigen Monaten esse ich keine Kohlenhydrate mehr und treibe regelmäßig Sport. In den vergangenen vier Monaten habe ich fast 15 Kilogramm abgenommen und mich jeden Tag ein wenig besser gefühlt. Jeden Tag benötigte ich weniger Insulin und ich merkte, dass dies keine Kur oder Diät sein wird, sondern eine komplett neue Lebenseinstellung. Der Beginn eines neuen Lebens.*

*Seit dem 01. Juni 2015 muss ich meinem Körper kein Insulin mehr zuführen. Ich habe wieder die Kraft und das Ziel, völlig gesund zu werden. Jetzt habe ich fast dreißig Kilogramm abgenommen und ich weiß, es werden noch viele folgen.*

*Nun hab ich mich entschlossen, anderen Menschen, die in einer vergleichbaren Lebenskrise sind, zu helfen, ihnen neue Wege aufzuzeigen und ihnen wieder neuen Mut zu geben. Jedes Blatt hat zwei Seiten und es kann immer gewendet werden. Vor kurzem habe ich meine eigene Praxis als Mental Coach und Bioenergetiker eröffnet. Für mich war diese chronische Krankheit definitiv der Wendepunkt in meinem Leben.“*

Rückblickend auf die Erfahrungen dieser Patientin kann man sagen, dass insbesondere

Erkrankungen wie Diabetes mellitus Typ II mit einem ganzheitlich medizinischen Ansatz erfolgreich zu behandeln sind.

**Die Erfolge sind reproduzierbar. Entscheidend ist dabei immer folgende Vorgehensweise:**

- 1) Blutuntersuchung (Vitalstoff-Defizite?)
- 2) Ausgleich der Vitalstoff-Defizite mit Hochleistungs-Mikronährstoffen
- 3) Umstellen auf kohlenhydratfreie Ernährung
- 4) Täglich mindestens 30 Minuten im Sauerstoff-Überschuss bewegen, um Fett und Stresshormone zu verbrennen
- 5) Nachkontrolle der Vitalstoffe

Es lohnt immer, das gesamte System Mensch zu betrachten und Wege zu finden, den Patienten aus seinem vermeintlichen Stigma hin zu einem Wendepunkt in seinem Leben zu führen.

## Literaturhinweis

FDI Verlag GmbH, [www.fid-gesundheitswissen.de](http://www.fid-gesundheitswissen.de)  
Deutsches Institut für Ernährungsforschung, [www.dife.de](http://www.dife.de)  
Ulrich Strunz, [www.strunz.com](http://www.strunz.com)  
[www.einfach-leben-cool.de](http://www.einfach-leben-cool.de)



### Jürgen Lueger

praktiziert seit 2009 in eigener Praxis für Bioenergetik in Salzburg. Als Therapeut für Humanenergetik, Kinesiologie, Mental Coach, zertifizierter Energietherapeut für Psychosomatische Energetik (PSE) und Holopath unterrichtet er an der Paracelsus-Schule in Freilassing. Daneben ist er Entwickler des Symbioceuticals Konzeptes für ganzheitliche Gesundheit.

#### Kontakt:

BIOENERGETIC Jürgen Lueger  
Otto-Holzbauer-Straße 1-3  
A-5020 Salzburg  
[www.bioenergetic.cc](http://www.bioenergetic.cc)