



Unsere Gesundheit ist das Wichtigste in unserem Leben

Von *Schuetz*

Erstellt am 27 Nov 2014 - 10:20

Viele Menschen haben eine Übersäuerung des Gewebes durch zu viele Kohlenhydrate und nicht, wie oft angenommen wird, durch den Genuss von zu viel Fleisch und tierischem Eiweiß.

Wer mehr über Glukose erfahren möchte, siehe Wikipedia:

<http://de.wikipedia.org/wiki/Glucose> [1]

Es gibt viele Bezeichnungen für Zucker:

- Lävulose
- Fructose
- Farin
- Glucosesirup
- Saccharose
- Glucose
- Dextrose
- Maltrodextrose
- Invertzucker
- Maltrose
- Lactose

Auch der Milchzucker, Fruchtzucker, brauner Zucker, Rohrzucker oder Traubenzucker sind keine guten Zuckerarten. Steht auf den Lebensmittelverpackungen „ohne Zucker“, bedeutet dies: Es wurde kein Haushaltszucker (Saccharose) verwendet oder hinzugefügt. Aber Vorsicht, dennoch können andere Zuckerarten zum Einsatz gekommen sein. Glukose besteht aus einer ringförmigen Verbindung, sechs Kohlenstoff Atomen und jedes dieser sechs Atome hat vier chemische Bindungen. Die linksdrehende Vergärung der Kohlenhydrate kann der Mensch nicht so gut abbauen. Rechtsdrehende Milchsäuren (Fleisch) dagegen sind nicht so gefährlich. So wird es immer noch behauptet!

Diabetes mellitus, auch Zuckerkrankheit genannt, ist eine Stoffwechselstörung, bei der die Blutzuckerwerte dauerhaft zu hoch sind. Diese Stoffwechselstörung kann unterschiedliche Ursachen haben.

Warum ist Insulin so wichtig? Um seine vielfältigen Aufgaben (Hirntätigkeit, Herztätigkeit, Atmung, Bewegung usw.) erfüllen zu können, benötigt der Körper Energie. Diese gewinnt er aus der Nahrung durch das Verbrennen von Nährstoffen.

Sind Sie bereits Diabetiker, können Sie Ihren Blutzuckerspiegel mit der richtigen Ernährung auf einem niedrigen Stand halten oder sogar senken. Das beste natürliche Mittel gegen Diabetes ist der Verzicht auf kohlenhydratreiche Nahrungsmittel.

Eine Hilfestellung bietet das Buch:

Plötzlich Diabetes (3. Auflage)

Autorin: Jutta Schütz



Books on Demand

ISBN 978-3-7322-4772-1

Paperback, 112 Seite - EURO: 9,90

Firmeninformation:

Jutta Schütz (Autorin, Journalistin, Psychologin, Dozentin, Mentorin) schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen: Rosengarten-Verlag, FIT GESUND SCHOEN, BoD und tredition, sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

info.schuetz09@gmail.com [2]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:35): <http://medkom24.eu/node/19725>

Links:

[1] <http://de.wikipedia.org/wiki/Glucose>

[2] <mailto:info.schuetz09@gmail.com>

[3] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>