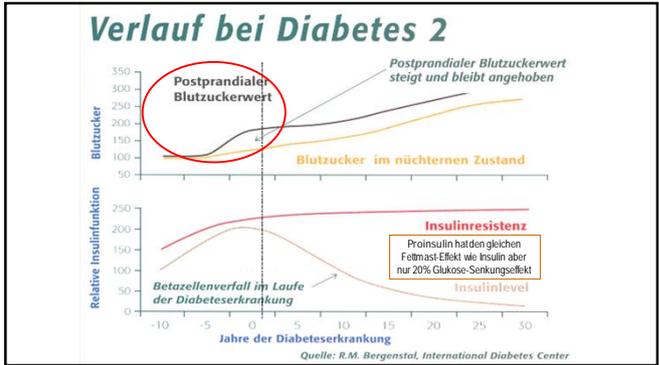
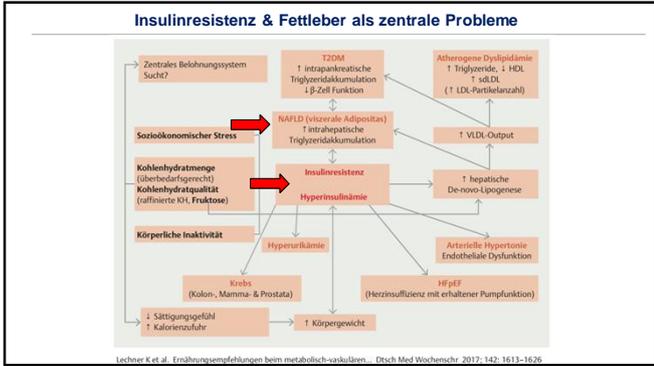
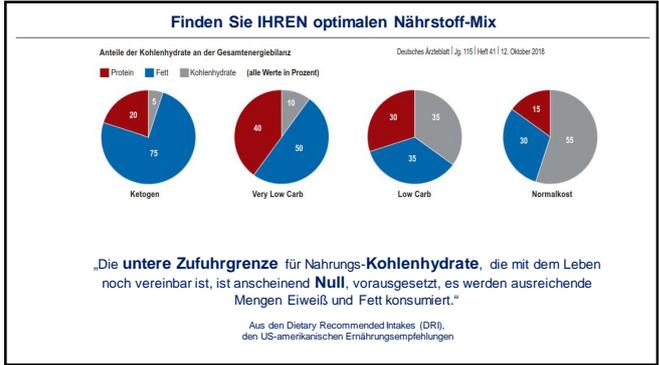


- Leberaktive Vitalstoffe**
- Omega-3 Fettsäuren
 - Vitamin D
 - Hydroxytyrosol (Olivenöl)
 - Vitamin E
 - Beta-Glukan
 - Inulin
 - Cholin
 - Carnitin
 - Taurin
 - ...



- Teufelskreis: Hyperinsulinämie und Insulinresistenz (IR)**
- Kohlenhydrate verstärken Insulin-Ausschüttung
 - trotz erhöhter Insulinspiegel verringerte Glykogen-Speicherung im Muskel
 - Kohlenhydrate (v.a. Fruktose) vermehrt als Fett abgelagert in Leber, Muskel- und Fettgewebe
 - Verstärkte Verfettung von Organen auch bei eukalorischer Ernährung (ausgeglichene Energiebilanz)
 - Mehr Fettneubildung in der Leber (de novo Lipogenese/DNL) => Leberverfettung => verringerter Insulinabbau durch die Leber (Teufelskreis)
 - Durch IR in der Leber wird die Gluconeogenese nicht mehr gehemmt, Blutzucker steigt weiter an (BZ morgens nü erhöht)
 - Insulin als potentieller Wachstumsfaktor für Fett- und Krebszellen



Intensive Gewichtsreduktion mit Formula T2-Diabetes-Therapie

Wer gleich reagiert, hat gute Chancen: Intensive Gewichtsreduktion nach Diabetes-Diagnose verhilft oft in die Remission

Medscape

Ein intensives Gewichtsreduktionsprogramm – beginnend mit einer **Formula-Diät** – eröffnet Patienten mit einem erst seit wenigen Jahren bestehenden Typ-2-Diabetes gute Chancen, auch ohne Medikamente die Symptome ihrer Erkrankung bis hin zu einer Remission zu verbessern.

Das zeigt die britische **DIRECT-Studie**, über die **Prof. Dr. Andreas Pfeiffer** vom Deutschen Zentrum für Diabetesforschung (DZD) auf einer gemeinsamen Pressekonferenz der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) und der Deutschen Adipositas-Gesellschaft in Berlin berichtet hat [1].

Studie unter realen Bedingungen

„Das Neue an dieser Studie ist die Deutlichkeit und Reproduzierbarkeit, mit der sie den günstigen Einfluss einer Gewichtsreduktion in den Anfangsjahren eines Diabetes belegt“, sagte Pfeiffer, der auch die Klinik für Endokrinologie, Diabetes und Ernährung der Berliner Charité, Campus Benjamin Franklin, leitet.



Prof. Dr. Andreas Pfeiffer

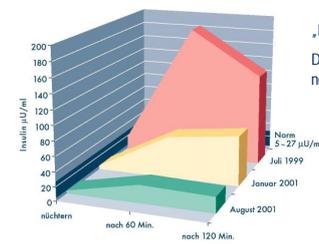
Innerhalb der ersten etwa 5 Jahre der Krankheit kann eine Einschränkung der täglichen Nahrungszufuhr auf 500 bis 800 kcal schnell zu einer annähernden Normalisierung der Blutzuckerregulation führen.

www.deutsch.medscape.com

Stoffwechselstörungen sind oft reversibel

Normalisierung der Hyperinsulinämie

„Insured-Therapie“: Der OGTT kommt auf normale Werte zurück.



Barbara M.
geb. 11.04.1948
Größe 162 cm

Effekt einer VLCD unter Anwendung des INSURED-Programms auf die Fettmasse bei Patienten ab einem BMI ≥ 29, im Vergleich zu gewichtsgemachten Diätetikern

Endo- & Diätetik-Center, Charité – Universitätsmedizin Berlin, Medizinische Universitätsklinik Charité, Ambulanz für Diabetes und Stoffwechselerkrankungen, Alexanderplatz 5, 10178 Berlin

Hintergrund: Phasen der Gewichtsreduktion und die Reduktion der Fettmasse bei Adipösen unter VLCD zu verfolgen und den Therapieerfolg von Diätetikern und Diätetikern zu vergleichen.

Methode: 60 Patienten (29 Adipöse und 31 gewichtsgemachte Diätetikern) wurden in zwei Gruppen eingeteilt. Die Adipösen erhielten eine 12-wöchige VLCD (1000 kcal/Tag) und die Diätetikern eine 12-wöchige Diät (1500 kcal/Tag). Die Fettmasse wurde durch DEXA gemessen.

Ergebnisse: Nach 12 Wochen konnte eine Gewichtsreduktion von 17,7 ± 4,8 kg (p < 0,001) bei den Adipösen vs. Diätetikern 7,2 ± 3,1 kg (p < 0,001) erzielt werden. Die Fettmasse reduzierte sich bei den Adipösen um 10,2 ± 3,1 kg (p < 0,001) im Vergleich zu den Diätetikern 4,5 ± 2,1 kg (p < 0,001).

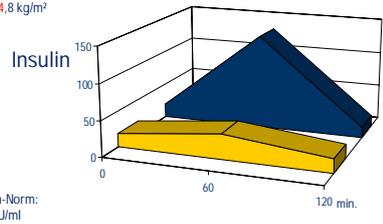
Parameter	Adipöse Patienten	Adipöse Diabetiker
N	29	31
Alter	47,7 ± 10,2	47,7 ± 10,2
Größe	1,77 ± 0,07	1,77 ± 0,07
BMI	35,3 ± 4,3	28,3 ± 3,3
BMI	34,4 ± 3,4	27,3 ± 2,3

Zusammenfassung: Zusammenfassend kann mit einer VLCD wie INSURED und begleitender Ernährungsberatung eine zufrieden stellende Gewichtsreduktion erzielt werden, bei nachweislich ähnlicher Reduktion der Fettmasse. Das Vergleichen erwies sich bei Diabetikern als sicher. Die Verwendung von VLCD ist praktikabel und sollte zu einer Standardtherapie bei allen Adipösen mit und ohne Diabetes werden.

Insulin-Profil der Insured Trinknahrung

Michael U.
Alter: 35 J.
Größe: 1,80 m
Gewicht: 112,6 kg
BMI: 34,8 kg/m²

■ OGTT: 19 134 15
■ Trinknahrung: 19 35 19



Insulin-Norm: 6-27 µU/ml

Ambulante Gewichtsreduktion durch Mahlzeiten-Ersatz-Therapie in der ärztlichen Praxis: 2-Jahres-Ergebnisse einer nicht kontrollierten Beobachtungsstudie

Outpatient Weight Loss Through Meal-Replacement Therapy In Primary Care Practices: 2-Year Results of a Noncontrolled Observational Study

Claussen U et al. Ambul. Gewichtsreduktion durch Mahlzeiten-Ersatz-Therapie. Aktual Ernährungsc 2022; 47: 122-124

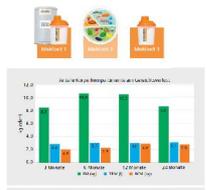


Abb. 5: Gewichtsreduktion bei Gewichtsverlust (kg) nach 3, 6, 12 und 24 Monaten.

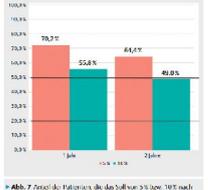


Abb. 7: Prozent der Patienten, die das Sollwert 50 bzw. 70% nach einem Jahr erreicht haben und das Ergebnis nach zwei Jahren haben konnten.

Eiweiß-Vitamin-Ballaststoff-Shake

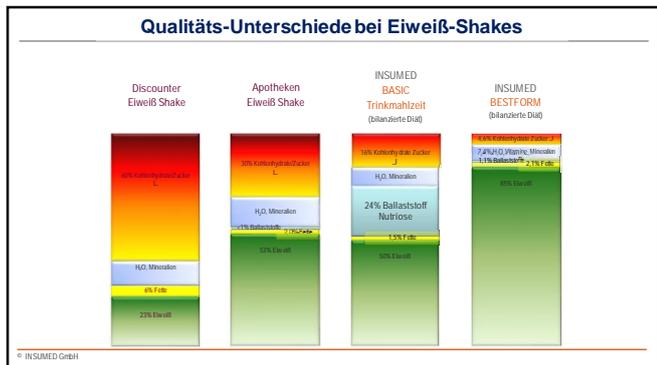
Optimale Nährstoffversorgung:

- kein Muskelabbau (BW 175)
- gute Sättigung
- hoher thermogenetischer Effekt (20%)
- volle Leistungsfähigkeit
- hochwertiger Ballaststoff (Nutriose)



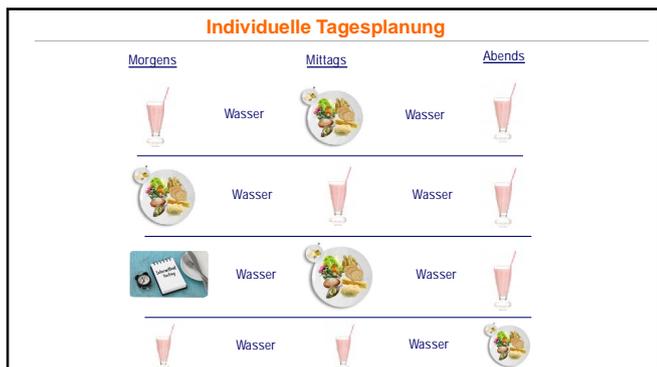
Stoffwechsel-Therapie:

- Sehr niedrige GL (3,6) => Insulin-unabhängige Verstoffwechslung
- ermöglicht eine effektive Fettverbrennung
- verringert Heißhunger & Lust auf Süßes
- Kausale Therapie bei Typ-2-Diabetes, metabol. Syndrom etc.



Viel Erfolg !

Digitales Handout auf www.gesundheitskompetenz24.de/aerzte



Die Online-Akademie für moderne Ernährungsmedizin

www.Lieberleichter.de
Jede Woche ein Live-Webinar!

Bewertung für Herr Schulz-Ruhtenberg

Note: 1,0

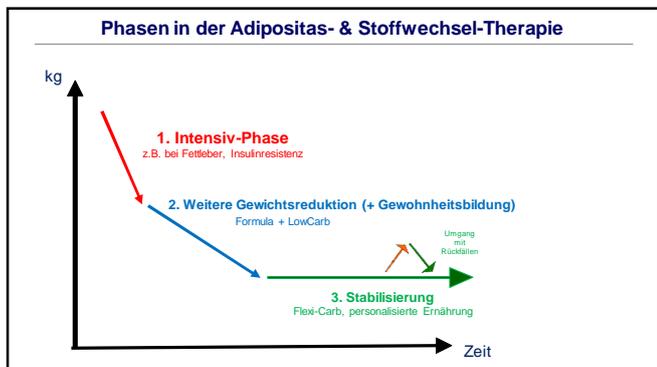
Experte in vielen Bereichen mit exzellenten Onlinekursen

Ich habe seinen Onlinekurs besucht, da ich weiter weg von Hamburg wohne. Im Kurs wurde jede Woche ein neues Thema verständlich präsentiert und viele Tipps für die Umsetzung gegeben. Neben Ernährung werden auch andere wichtige Themen wie Stressmanagement und Schlaf angesprochen. Jede Woche gibt es auch noch ein Live-Webinar um Fragen zu beantworten und noch den Fokus auf die Umsetzung zu verlagern. Er nimmt sich auch viel Zeit um Fragen zu Themen drumherum zu besprechen. Coaching und praxisnahe Wissensvermittlung haben bei mir dazu geführt, dass entsprechende Ergebnisse auf der Waage sichtbar werden.

ERNÄHRUNGS MEDIZIN

Behandlung	1,0	Gesamtnote	1,0
Aufklärung	1,0		
Vertrauensverhältnis	1,0		
Genommene Zeit	1,0		
Freundlichkeit	1,0		

Quelle: www.Jameda.de



Das Ernährungs-Therapie-Konzept von Insumed

Seit über 20 Jahren erfolgreich in der Praxis

Ihr Nutzen als Arzt, Therapeut oder Ernährungsberater:

- § Wirksame Therapie von Adipositas und ernährungsbedingten Erkrankungen
- § Praktische Umsetzung der modernen Ernährungsmedizin (DiRecT-Studie Lancet)
- § Leicht umsetzbares, effektives und bewährtes Beratungskonzept
- § Modernste Diagnostik der Körper- und Stoffwechselsituation (BIA/BIVA) mit konkreten Handlungsanleitungen
- § Hohe Patientenzufriedenheit durch Therapierfolge
- § Sinnvolles Präventions- und Therapie-Angebot als Selbstzahlerleistung
- § Kostenfreie ernährungsmedizinische Weiterbildungen für Therapeuten (Online und Offline)
- § Unterstützung im Bereich Marketing, Patienten-Beratung (Broschüren etc.), keine Vertragsbindung

Tel. 06253 / 930698 www.insumed.de

Transformation Camp - Das neue Gesundheits-Seminar
Mehr Energie. Weniger Stress. Mehr Gesundheit.
Termine: 10. - 12. November und 1. - 3. Dezember 2023
Das Beste aus Ernährungsmedizin, Stresspsychologie, Atmung, Kälte (Wim Hof) und Healthy Aging
www.Transformationcamp.live (<- Klick)



**STRESS
IN UNAUFGELÖSTEN
ERFOLG
VERWANDELN**

**DR. MATTHIAS
WITTFOTH**

Dr. Dipl.-Psychologe-Matthias Wittfoth, Wim Hof-Meister
Trainer

Was erwartet Dich im Seminar?

- ✓ Einzigartige Kombination aus Psychologie und Stresshacking sowie Ernährungs- und Gesundheitsmedizin. Du lernst und trainierst die besten Strategien, mit denen jeder seine Leistungsfähigkeit, Gesundheit sowie Stressresistenz und damit seine Lebensqualität spürbar verbessern kann.
- ✓ In unserem Seminar bieten wir Dir ein perfektes Format, um Deine Gewohheiten und Strategien zu verbessern, neue Pläne zu schmieden für Dein bestes Ich und ein großartiges Jahr 2023.
- ✓ Im Seminarpreis enthalten sind 2 Übernachtungen im Hotel, komplette Verpflegung mit 3 Mahlzeiten pro Tag im regional bekannten Hotelrestaurant und das Ticket für das Seminar.
- ✓ Das Januar- und März-Seminar 2023 waren schnell ausgebucht und ein voller Erfolg. Aufgrund zahlreicher Nachfragen wird es eine Wiederholung des Seminars Ende 2023 geben. Sie können sich ab jetzt anmelden.
- ✓ Deine Investition ab 1480,- (nutze das Early Bird-Angebot)



**ERNÄHRUNGS
MEDIZIN**

DUCHUNG MIT
WIM HOF