

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Vom Wesen der Zuckerkrankheit	11
Die Kohlenhydrate	12
Die Physiologie des Kohlenhydratstoff- wechsels	14
Der gestörte Kohlenhydratstoffwechsel beim Zuckerkranken	15
Die Ursachen der Zuckerkrankheit	17
Symptomatische Linderungsbehandlung oder ursächliche Heilbehandlung?	17
Die Zuckerkrankheit ist eine ernährungs- bedingte Zivilisationskrankheit	18
Die Rolle von Vitamin B 1	22
Kombination von Auszugsmehl und Fa- brikzucker besonders gefährlich	26
Die Entstehung der Zuckerkrankheit be- nötigt Jahrzehnte	27
Gleichzeitiges Vorkommen des Diabetes mit anderen ernährungsbedingten Krank- heiten	30

Der Entstehungsmodus der Zucker-krankheit	32
Krankheitssymptome des Diabetes	39
Die Behandlung des Diabetes	44
Die verschiedenen Schweregrade des Diabetes	45
Die leichten Formen des Diabetes	45
Folgende 4 Gruppen müssen gemieden werden	46
Folgende 4 Gruppen müssen gegessen werden	49
Mittelschwere Grade des Diabetes	60
Kommentar zur Austauschtafel für Broteinheiten	60
Schwere Grade des Diabetes	65
Hypoglykaemische Zustände	66
Nicht der Blutzucker, sondern die Ei-weißüberfütterung ist verantwortlich für die Spätschäden.	69
Pflanzliches Eiweiß ist ungefährlich und ausreichend.	73

Die Insulindosierung	76
Der jugendliche Diabetes	77
Heilung ist nicht möglich	82
Behandlung mit blutzuckersenkenden Mitteln	83
Zusätzliche Behandlungsmethoden	85
Körperliche Bewegung ist notwendig	87
Rauchen ist nachteilig	88
Auch die Psyche beeinflußt den Stoff- wechsel	88
Ersatz für den Fabrikzucker	89
Der Honig	91
Akute Notfallsituationen	92
 Das Wesentliche der Ernährungsricht- linien zusammengefaßt	93
 Rezeptvorschläge für Diabetiker ..	95
Allgemeine Hinweise	97
Der Frischkornbrei	99
Mittags und abends Salate zum Sattessen ..	102
Warme Mahlzeiten	112
 Literaturverzeichnis	127