

Dr. med. Gisela Biedermann

Liebe Petra,

mit etwas Latenzzeit hier gern meine Gedanken zum Thema Zucker.

Sie sind „einfach so dahingesprochen (bzw. geschrieben)“, wie es mir gerade in den Sinn kommt, wenn ich Deinen sehr treffenden, die Sache sehr gut beschreibenden und umschreibenden Brief lese:

Interessant war für mich, dass mir, als ich den Brief las, tatsächlich als Erstes der Blutzuckerspiegel bzw. ein erhöhter BZ-Spiegel, und damit der Diabetes in den Sinn kam. Erst in 2. Linie dachte ich an das Lebensmittel, das Kohlenhydrat (=KH), das uns das Leben buchstäblich versüsst, ohne das das Leben sicher langweiliger wäre.

- Zucker (=Z.) ist lebensnotwendig; unendlich viele Prozesse in unserem Körper würden ohne die Mitwirkung von „Glucose“ gar nicht ablaufen können; (Glucose-Phosphat-Zyklus); die Energiegewinnung im Organismus erfolgt in weiten Teilen durch „Verbrennung“ von Zucker im Stoffwechsel, der seinerseits wieder Mechanismen verwendet, um fehlenden Zucker aus anderen Quellen zu generieren. Wenn wir zu wenig Z. zu uns nehmen, geht es uns schlecht (Hypoglykämie) etc....
- Zu viel Zucker auf Dauer von Gesunden zu sich genommen kann eine Zuckerkrankheit auslösen. Hierzu werde ich detailliertere Ausführungen über das Missverhältnis von aufgenommenen KH und verbrauchten Energien machen, zunehmend sitzende Gesellschaft; Notwendigkeit von Trainings, Bewegen, Umverteilung der Nahrungsaufnahme etc....
- Z hellt die Stimmung auf, weil die meisten Menschen gern Süßigkeiten essen; die inzwischen aber weit verbreitete Kenntnis von den negativen Auswirkungen von zu viel Zuckergenuss erzeugt schlechtes Gewissen bei den Einen, und „ist-mir-egal-Mentalität“ bei den Anderen.
- Zuletzt würde ich noch auf das Leben eines Zuckerpatienten und die Führung durch den Hausarzt eingehen.

Ich hoffe, diese Vorschläge sind in Deinem Sinne. Gern erwarte ich Deinen Anruf.

Zu Deiner Info: nächste Woche ist vom **18.-20. Mai Landtag**, da bin ich kaum erreichbar. Diese Tage sind in der Regel sehr anstrengend, und ich bin abends ziemlich müde. Das Praxis-Tel. ist dann mit Tonband bestückt, und die Privatlinie auch nicht wirklich erreichbar, da meine Haushalthilfe nur stundenweise da ist. Für den Notfall hier meine Handy-Nr.: 00423 794 30 60.

Liebe Grüsse – und ich freu mich auch auf den Anlass!
Gisela