

## DIABETES TYPE 2 OMKEERBAAR

## Genezing is mogelijk



Tot nu toe werd gedacht dat diabetes type 2 (T2DM) een ongeneeslijke aandoening was. Maar nieuw onderzoek laat zien dat deze ziekte, zelfs bij patiënten die al insuline gebruiken, te genezen is. Hier stellen we een behandeling voor die uit een combinatie bestaat van een voedingsinterventie, aanvulling van voedingstekorten en fytotherapie, bij uitstek het werkterrein van een natuur- of voedingsgeneeskundig therapeut. Therapeuten kunnen hierdoor een sleutelpositie innemen bij het terugdringen van deze ernstige ziekte.



AUTEUR  
Cora de Fluiter

**M**eer dan een miljoen mensen in Nederland heeft diabetes en elke week komen er 1200 patiënten bij. Meer dan 200.000 mensen hebben diabetes zonder dat ze dit weten. 90 % van de diabetespatiënten heeft T2DM<sup>1</sup>. Deze cijfers zijn zorgwekkend, want T2DM kan in een latere fase een aantal ernstige complicaties tot gevolg hebben. De ontwikkeling van T2DM verloopt langzaam, een periode van 10 - 15 jaar is niet ongewoon. T2DM begint met een laaggradige chronische ontsteking (LGI).<sup>2</sup> De ontstekingsreactie blijft echter onopgemerkt, omdat er geen klachten zoals pijn en temperatuurverhoging optreden. Deze fase wordt gevolgd door de metabole deregulatiefase, ook wel prediabetes of het Metabole syndroom (MetS) genoemd. Insulineresistentie (IR) is een vast onderdeel van MetS.<sup>3</sup> Het aantal Nederlanders dat is gediagnosticeerd met MetS is volgens het RIVM 34 % bij mannen en 24 % bij vrouwen.<sup>4</sup> Volgens een Nederlands onderzoek is de kans om prediabetes te krijgen in Nederland 48 %.<sup>5</sup> Deze cijfers schetsen geen rooskleurig toekomstbeeld, maar mogelijk komt hierin verandering.

**Genezing T2DM al 35 jaar bekend**  
Tot nu toe werd altijd gedacht dat diabetes type 2 een ongeneeslijke aan-

doening was. Maar dat blijkt niet zo te zijn. Het is namelijk al 35 jaar bekend dat na een bariatrische ingreep (maagverkleining of omleiding) de bloedglucosewaarde bij ongeveer 76,8 % van de diabetespatiënten naar normale niveaus terugkeert.<sup>6</sup> Recent onderzoek geeft aan dat ook uitstekende resultaten behaald kunnen worden met een laagcalorisch dieet. Deze behandelingsmethode bootst de effecten van een bariatrische ingreep na en moet gedurende twee maanden worden volgehouden.<sup>7</sup> In tegenstelling tot een koolhydraat-arm dieet, dat alleen tijdelijk de bloedsuikerspiegel verlaagt, is een laagcalorisch dieet ook gericht op het herstel van de pancreas waardoor weer een normale insulineproductie op gang komt en de bloedsuikerspiegel blijvend naar een normale waarde kan terugkeren. Binnen een maand kunnen orale geneesmiddelen in overleg met een arts worden afgebouwd en na twee maanden kunnen de meeste patiënten stoppen met insuline. De omkeerbaarheid van T2DM blijkt samen te hangen met de duur van de diabetes:<sup>8</sup>

- ⚡ < 4 jaar = 73 %
- ⚡ 4-8 jaar = 56 %
- ⚡ > 8 jaar = 43 %

#### Natuurgeneeskunde verhoogt slaagkans

Deze behandeling kan worden uitgebreid met een ontstekingsremmende, laag-glycemische voeding en een aanvulling van voedingstekorten die bij deze patiëntengroep vaak voorkomen en fytotherapie waardoor de slagingskans van de behandeling wordt vergroot. Denk bijvoorbeeld aan extra magnesium waardoor een LGI wordt verlaagd en psylliumvezels waardoor er een verlaging van de nuchtere glucose kan optreden.<sup>9,10</sup> Deze behandelingsmethode is bij uitstek geschikt voor T2DM-patiënten die reeds insuline gebruiken of bij wie, via bloedonderzoek en een HOMA-berekening, is vastgesteld dat er sprake is van een pancreasinsufficiëntie.<sup>12</sup>

#### Diagnoses LGI, IR en MetS

Ook op het gebied van preventie van T2DM zijn er nieuwe inzichten beschikbaar die kunnen bijdragen aan een vermindering van het aantal nieuwe diabetespatiënten. Want ook voor T2DM geldt het gezegde: voorkomen is beter dan genezen. Er zou dan wel meer aandacht moeten komen voor de diagnose en behandeling van prediabetes. Om de glucosewaarde toch nog binnen voor het lichaam gezonde waarden te houden neemt de productie van insuline in de MetS-fase sterk toe.<sup>11</sup> Dat doet de pancreas om de resistentie van lichaamscellen voor insuline te compenseren. Hierdoor blijft de nuchtere glucosewaarde jarenlang onder 7 mmol/l (veneus), terwijl er al lang zaken mis gaan in het lichaam zoals LGI, IR en MetS.

Met een eenvoudige bloedtest waarbij zowel de nuchtere glucose als de nuchtere insuline bepaald worden en met een HOMA-berekening zou kunnen worden vastgesteld in welke mate een patiënt insulineresistent is geworden.<sup>12</sup> Helaas is een nuchtere insulinebepaling niet in de NHG-standaard voor huisartsen opgenomen, zodat de diagnose IR meestal wordt gemist.<sup>13</sup> Hierdoor worden er over het algemeen geen leefstijladviezen gegeven die T2DM kunnen voorkomen.

LGI en MetS, het voorstadium van T2DM, zijn ook verantwoordelijk voor een groot aantal andere ernstige aandoeningen zoals: kanker, longziekten, auto-immuunziekten, hart- en vaatziekten, gewrichtsslijtage, neurologische ziekten, PCOS, alzheimer en borstkanker.<sup>14-28</sup> Reden

te meer om LGI en MetS in een vroeg stadium vast te stellen en te behandelen.

Voor orthomoleculaire en natuur-geneeskundige therapeuten is de behandeling van LGI, IR en MetS (prediabetes) een bekend terrein. Zij zouden dan ook een rol kunnen vervullen bij het herkennen en behandelen van deze aandoeningen.

#### T2DM in beginfase te genezen

Na de prediabetesfase (LGI, IR en MetS) komt de leverdisfunctiefase: de lever wordt insulineresistent. Hierdoor stijgt de veneus gemeten bloedglucosewaarde tot boven 7 mmol/l uit en stelt een arts de diagnose T2DM.<sup>5</sup> Meestal wordt dan het geneesmiddel metformine voorgeschreven.

Metformine vermindert de glucoseproductie in de darmen en de IR van de lever maar doet niets aan de oorzaak: non alcoholic fatty liver disease (NAFLD).<sup>30</sup> Behandeling met metformine moet dus in deze fase van T2DM gezien worden als symptoombestrijding.

Door het tijdig inzetten van een laag-glycemisch dieet aangevuld met mariadistel en vitamine E, waardoor NAFLD en daardoor ook IR van de lever worden verminderd, kan T2DM mogelijk in een vroegtijdig stadium genezen worden.<sup>31,32</sup>

T2DM-patiënten worden helaas niet op deze wijze behandeld waardoor de pancreas de hoge productie van insuline niet kan volhouden en er een pancreasdisfunctie ontstaat.<sup>33</sup> In deze fase gaat een patiënt over van orale geneesmiddelen naar het gebruik van insuline-injecties.

#### Juiste interventie

Aan de hand van plaatsbepalingsdiagnostiek kan worden vastgesteld in welke fase een patiënt zich bevindt en wat een passende behandeling zou moeten zijn. Voor deze diagnostiek wordt standaard bloedonderzoek gebruikt, zoals aangevraagd kan worden door de huisarts. Denk bijvoorbeeld aan bloedonderzoek zoals CRP (LGI), leverenzymen (leverdisfunctie) en nuchtere glucose en insuline (IR en pancreasdisfunctie). Op basis van de plaatsbepalingsdiagnostiek wordt een interventie ingezet die qua complexiteit uiteenloopt van een eenvoudige interventie met ontstekingsremmende voeding en supplementen tot een meer complexe benadering voor het herstellen van de werking van de pancreas waarbij een bariatrische ingreep met een laagcalorisch dieet wordt nagebootst.

Tijdens een consult kan een therapeut aan de hand van een aantal eenvoudige kenmerken vaststellen of er bij de patiënt sprake is van prediabetes. Deze inschatting kan eenvoudig worden gemaakt aan de hand van lichaamskenmerken.<sup>29</sup> Een vrouw krijgt in de prediabetesfase een appelfiguur en een man een bierbuik.

Als het vermoeden bestaat dat de patiënt prediabetes heeft dan is de situatie met behulp van plaatsbepalingsdiagnostiek verder in kaart te brengen. Hiermee kan worden vastgesteld in welke fase een patiënt zich precies bevindt en welke interventie bij de patiënt zou moeten worden toegepast. Tijdens de begeleiding kan de voortgang aan de hand van bloedonderzoek worden gecontroleerd.

#### Reeds behaalde resultaten

De beschreven preventie- en genezingsmogelijkheden voor T2DM zijn niet alleen gebaseerd op evidence-based medicine maar ook in de praktijk getoetst. De resultaten zijn met bloedonderzoek vastgelegd. Zie [coradefluiter.nl/casussen-diabetes-omkeerbaar](http://coradefluiter.nl/casussen-diabetes-omkeerbaar).<sup>⚡</sup>

#### REFERENTIES

[url](#)

