

Meer dan een miljoen mensen in ons land hebben een lagere levensverwachting

Gepubliceerd: zaterdag, 26 oktober 2024 10:47



Dit is geen uitspraak van ons, maar van het RIVM, terwijl het werkelijke aantal nog veel hoger is.

Zo leven de diabetes type 2 patiënten gemiddeld vier jaar korter en lopen er in ons land 1,4 miljoen mensen rond met pre diabetes.

Het is wel opvallend hoeveel aandacht er opeens wordt geschonken aan diabetes 2 in de mainstream publicaties.

Zoals in het volgende artikel.

Meer dan een miljoen mensen in ons land hebben een lagere levensverwachting

Gepubliceerd: zaterdag, 26 oktober 2024 10:47

Kans op ernstige complicaties

Bij Karolina werd per toeval diabetes ontdekt: 'Ik zorgde voor iedereen, behalve voor mezelf'

Door Roxanne Vis · 22 uur geleden · Aangepast: 22 uur geleden



Of zoals in het volgende artikel.

Gepubliceerd: zaterdag, 26 oktober 2024 10:47

DE KRANT

De Telegraaf

NIEUWS

SPORT

ENTERTAINMENT

FINANCIËEL

VROUW

LIFESTYLE

WAT U ZEGT

Suikerziekte

Tjnie (46) heeft diabetes: 'Binnen een half jaar tijd ben ik 25 kilo afgevallen'

Door EVA SLOT

Aangepast: 1 uur geleden 2 uur geleden in VROUW



Tjnie (46) maakte van dichtbij mee hoe verwoestend diabetes type 2 kan zijn. Toch besepte ze niet dat ze ook zelf risico liep op deze ziekte, totdat ze de diagnose kreeg. Hier schaamde ze zich zo erg voor dat ze het niet durfde te delen met haar familie: „Mijn vader is aan deze ziekte overleden, waarom voelde ik de noodzaak niet om er zelf iets aan te doen?”

En hier nog een dergelijk verhaal.

Gepubliceerd: zaterdag, 26 oktober 2024 10:47

nd

[NIEUWS](#)

[GELOOF](#)

[OPINIE](#)

[MENSEN](#)

[CULTUUR](#)

[VACATURES](#)



[Krant](#)

[Podca](#)

Ad kreeg tot zijn stomme verbazing de diagnose diabetes type 2. Zo kun je er vanaf komen

ACHTERGROND Een hartinfarct, slechte ogen of je voet moeten laten amputeren: wie diabetes type 2 negeert, kan ernstige gezondheidsschade oplopen. Het is een onderschatte ziekte, waarschuwt het Diabetes Fonds. 'Test op tijd.'



Hans-Lukas Zuurman

woensdag 23 oktober 2024 om 02:00 aangepast 19:06



Als je zo de berichten een beetje volgt dan wordt er steeds vaker geschreven over diabetes. Op zich is dat natuurlijk ook niet zo vreemd, want alle mensen die zo slim zijn geweest om een coronaprik te halen kampen met een verzwakt immuunsysteem.

Echter, ook al voor de nep coronapandemie viel er een gestage stijging waar te nemen van het aantal patiënten met diabetes in ons land.

Er zijn op dit moment in ons land ongeveer 1,2 miljoen mensen met diabetes, waarvan iets meer dan een miljoen te maken heeft met diabetes type 2. Iets wat ze vroeger ouderdomssuiker noemden, maar tegenwoordig op steeds jongere leeftijd voorkomt.

Naast al die mensen die al diabetes hebben is er een nog grotere groep die zich in een voorstadium bevindt en die gegarandeerd ook diabetes zullen krijgen als ze niets doen en doorgaan zoals ze nu doen. [Zeker 1,4 miljoen Nederlanders](#) hebben prediabetes. Steeds meer mensen in Nederland lopen een groot risico om diabetes type 2 te krijgen.

Uit onderzoek van de Universiteit van Maastricht blijkt dat minimaal 1,4 mensen in het voorstadium van de ziekte zitten, ook wel bekend als prediabetes.

Daarnaast [is de levensverwachting](#) van mensen van 45 jaar met diabetes type 1 gemiddeld 13 jaar lager en voor type 2 gemiddeld vier jaar lager dan mensen zonder diabetes.

Meer dan een miljoen mensen in ons land hebben een lagere levensverwachting

Gepubliceerd: zaterdag, 26 oktober 2024 10:47

Door de gecombineerde effecten van verkeerd voedsel, overgewicht en de gevolgen van de coronaprikken zullen we de komende jaren waarschijnlijk te maken krijgen met een tsunami aan diabetes gevallen. Afgezien van de kortere levensverwachting krijg je uiteraard ook te maken met allerlei ongemak en risico's, zoals de ogen of in het slechtste geval amputatie van ledematen.

Het grote probleem is dat mensen vaak denken dat zij gezond zijn en niets mankeren, terwijl het dan later toch als een grote verrassing komt. Zeker voor mensen in de pre diabetes fase is het zaak om nu actie te ondernemen zodat de ziekte zich niet verder ontwikkelt.

Het is mogelijk om diabetes type 2 in drie maanden tijd terug te draaien door middel van een streng dieet zoals [we eerder schreven](#). Aangezien dit voor de meeste mensen een brug te ver zal zijn is zaak om te kijken wat in de praktijk wel mogelijk is.

Eén ding wat wel mogelijk is, is om de inname van geraffineerde suiker drastisch te beperken. We hebben [eerder een artikel geschreven](#) waaruit blijkt dat je ongemerkt veel meer suiker binnen krijgt dan je denkt. Als de suikerinname drastisch kunt verlagen, dan ben je al een heel eind op weg naar een gezondere levensstijl.

Naast het proberen overtollig gewicht te verliezen, is het voor sommigen misschien ook raadzaam om hun interne systeem een [jaarlijkse schoonmaakbeurt](#) te geven.

Alhoewel een crashdieet een goed resultaat kan bewerkstelligen op de korte termijn, is het natuurlijk verstandig om een levensstijl te ontwikkelen die zowel goed is voor je gezondheid, maar tegelijkertijd ook goed vol te houden.

En dan is er verder hulp beschikbaar in de vorm van de bekende groene algen, beter bekend als chlorella.

Uit wetenschappelijke onderzoeken, uitgevoerd in Zuid-Korea en Japan blijkt dat chlorella [effectief is in het verlagen](#) van de bloedsuikerspiegel en tevens een verbetering laat zien van de insuline gevoeligheid.

Wat dit in de praktijk betekent is dat chlorella een belangrijke rol kan spelen bij mensen die al met diabetes te maken hebben, maar vooral ook in het voorkomen hiervan. Dit is belangrijk voor al die mensen die een pre diabetes stadium bevinden.

Daarnaast biedt chlorella nog een scala aan voordelen voor je lichaam, inclusief ontgiften. Daarmee blijkt Chlorella zowel nuttig voor patiënten met diabetes type 1 als type 2.

Meer dan een miljoen mensen in ons land hebben een lagere levensverwachting

Gepubliceerd: zaterdag, 26 oktober 2024 10:47

Belangrijkste voordelen kort samengevat:

- Bevat alle vitamines met uitzondering van vitamine D3
- Bevat hele hoge waarden aan eiwitten
- Bevat alle 8 essentiële aminozuren
- Zorgt voor goede gezonde darmen en spijsvertering (en dus stoelgang)
- Ondersteunt de regulering van je bloedsuikerspiegel (voorkomt dips en dus eetbuien)
- Ondersteunt de zuur- basebalans in je lichaam
- Ondersteunt de hormoonbalans in je lichaam
- Helpt ontstekingen aan te pakken en te voorkomen
- Pakt virale en bacteriële infecties aan
- Stimuleert de reinigende werking van je lever

De door Mike Adams van Natural News als beste geteste bio chlorella [kun je hier bestellen!](#) Voor uitgebreidere testresultaten kun je terecht op de [website van Natural News](#), waar Natural News deze chlorella aanbiedt als Clean Chlorella.