



Ook van Andreas Moritz

De ongelooflijke lever- en galblaaszuivering

Kanker is geen ziekte

Gezond met zonlicht

Timeless Secrets of Health and Rejuvenation

Lifting the Veil of Duality

It's Time to Come Alive

Simple Steps to Total Health

Heart Disease No More!

Ending the AIDS Myth

Hear the Whispers, Live Your Dream

Sacred Santémomy

Ener-Chi Art

Zie achter in het boek voor diverse beschrijvingen  
van bovengenoemde boeken

# Weg met diabetes!

*Ontdek en genees  
de ware oorzaken*

## Andreas Moritz



Je gezondheid heb je zelf in de hand



## **Weg met diabetes!**

Ontdek en genees  
de ware oorzaken

Oorspronkelijke titel: Diabetes – No more  
Discover and heal its true causes

Copyright © 2006 Andreas Moritz

Alle rechten voorbehouden. Geen enkel deel van dit boek mag worden gereproduceerd, opgeslagen in een computersysteem of overgedragen op welke wijze dan ook, of dat nu elektronisch, mechanisch, gefotokopieerd of opgenomen of anderszins is, zonder schriftelijke toestemming vooraf van de eigenaar van het copyright.

Copyright © 2011 voor deze uitgave:  
Belfra Publishers for Success BV h.o.  
Succesboeken.nl  
The Netherlands  
www.succesboeken.nl  
email: info@succesboeken.nl

Vertaling: Inge Zoet  
Redactie: Katja Kaiser  
Ontwerp en illustratie cover  
Ener-Chi Art, Oil on canvas by Andreas Moritz

ISBN: 9789079872398  
NUR: 860

Trefw.: gezondheid, complementaire geneeswijze

## **Om wettelijke redenen**

De auteur van dit boek, Andreas Moritz, staat het gebruik van geen enkele specifieke vorm van gezondheidszorg voor, maar gelooft dat de feiten, cijfers en kennis die in dit boek gepresenteerd worden, beschikbaar zouden moeten zijn voor iedereen die zich bezighoudt met de verbetering van zijn of haar gezondheid.

Hoewel de auteur heeft geprobeerd een diepgaand begrip weer te geven van de onderwerpen in dit boek en de exactheid en volledigheid van alle informatie afkomstig van bronnen van buiten hemzelf te verzekeren, neemt noch hij, noch de uitgever verantwoordelijkheid voor eventuele fouten, onvolledigheden, weglatingen of andere onachtzaamheden in dit boek.

Mogelijke benadeling van bepaalde mensen of organisaties is onbedoeld. Het is niet de opzet van dit boek om het advies en de behandeling van een arts die zich specialiseert in het behandelen van bepaalde ziekten te vervangen. Het gebruik van de informatie die in dit boek aan bod komt, is geheel voor rekening van de lezer.

De auteur en de uitgever zijn niet verantwoordelijk voor enige nadelige effecten of gevolgen die eventueel voortvloeien uit het gebruik van de preparaten of procedures zoals beschreven in dit boek.

De beweringen in dit boek zijn uitsluitend bestemd voor educatieve en theoretische doeleinden en zijn voornamelijk gebaseerd op de eigen mening en theorieën van Andreas Moritz. Men dient altijd het advies in te winnen van een gezondheidstherapeut voordat men een voedings-, kruiden- of homeopathisch supplement tot zich neemt, of voordat men een therapie start of beëindigt. De auteur heeft niet de bedoeling om een medisch advies uit te brengen of een alternatief hiervoor te bieden en geeft geen enkele garantie, of deze nu zwart op wit staat of gesuggereerd wordt, met betrekking tot een product, apparaat of therapie.

De lezer moet zijn eigen oordeel vellen of een holistische medische expert of zijn persoonlijke arts raadplegen voor specifieke toepassingen voor zijn individuele problemen.

*Met alle respect heb ik de vrijheid genomen u te tutoyeren. Dit boek is in de mannelijke vorm geschreven. Uiteraard heb ik respect en bewondering voor de vrouwelijke lezer van dit boek.*

*De auteur*

*Enkele Engelse woorden en uitdrukkingen zijn bewust niet vertaald; ze zijn in het Engels krachtiger dan in het Nederlands.*

*De uitgever*

---

## Inhoudsopgave

Diabetes begrijpen – een ziekte met vele gezichten	1
Voeding die diabetes veroorzaakt	9
1. Geraffineerde koolhydraten – een oorzaak van insulineresistentie	9
2. Dierlijke eiwitten – schadelijker dan suiker	12
3. Geraffineerde oliën en vetten – verrukkelijk vergif?	15
Het drama van het diabetes syndroom ontvouwt zich	23
De risico's van overgewicht	29
Auto-immuun (type 1) diabetes	35
Riskante orthodoxe medische behandelingen	39
De oorzaken genezen	43
Over de auteur	46
Andere boeken van de auteur	48

---

## Diabetes begrijpen – een ziekte met vele gezichten

**N**og niet zo heel lang geleden begreep men heel goed dat veel van de huidige epidemische ziekten vaak alleen maar symptomen van diabetes waren. Inter-cerebrale en ischemische beroertes, hartfalen veroorzaakt door neuropathie, hart- en vaatziekten als gevolg van atherosclerose (slagaderverkalking), obesitas, hoge bloeddruk en verhoogde cholesterol- en triglyceridenwaarden waren allemaal bekende gevolgen van een verstoorde stofwisseling, die voorkomt bij diabetes.

Deze symptomen, maar ook impotentie, oogklachten, nierfalen, leverfalen, polycysteus-ovariumsyndroom (PCOS), een verhoogde bloedsuikerspiegel, candidiasis, slechte wondgenezing, perifere neuropathie en vele andere symptomen zijn tegenwoordig veranderd in op zichzelf staande ziekten, die speciale behandelingen en bijbehorende specialisten nodig hebben. Hoewel dit grote voordelen heeft opgeleverd voor de medische en farmaceutische industrie, heeft het geleid tot ongekend lijden van patiënten en heeft het onnodig veel levens gekost.

Meer dan acht procent van de Amerikaanse bevolking lijdt aan diabetes. Veel mensen geloven dat diabetes erfelijk is en dat het lichaam slachtoffer is van een genetische afwijking of dat het aanleg heeft voor de ziekte. Hoewel genetische oorzaken een bepaalde rol kunnen

spelen bij het ontstaan van diabetes, is dat meestal niet het geval; ze kunnen in ieder geval niet verklaren waarom de cellen van de alvleesklier plotseling besluiten zichzelf te vernietigen (diabetes type 1), of waarom cellen bij mensen van 50 jaar en ouder zonder duidelijke reden besluiten geen suiker met insuline meer op te nemen (diabetes type 2).

Veel patiënten en hun doktoren gaan ervan uit dat ziekten veroorzaakt worden doordat het lichaam op de een of andere manier een fout maakt en zijn werk niet meer kan doen. Dit idee gaat in tegen alle logica en is wetenschappelijk onjuist. In deze wereld heeft ieder gevolg een onderliggende oorzaak.

Dat de cellen van de alvleesklier stoppen met het produceren van insuline betekent nog niet automatisch dat dit een auto-immuunziekte is – een ziekte waarbij het lichaam zichzelf ogenschijnlijk aanvalt en vernietigt.

Door diabetes te ontwikkelen doet het lichaam niets verkeerd en is het er ook niet op uit om zichzelf te vernietigen. Het scheidt er zeker geen genoeg in om jou te laten lijden en je je beroerd te laten voelen.

In plaats van te twijfelen aan de wijsheid en intelligentie van het lichaam zouden we ons moeten concentreren op de omstandigheden die het lichaam nodig heeft om te stoppen met de productie van insuline bij diabetes type 1 en het verhogen van de productie van insuline bij diabetes type 2.

Met zijn enorme aantal hoog ontwikkelde overlevingsmechanismen doet het lichaam zijn uiterste best om je

te beschermen tegen meer schade dan al is toegebracht door onvolwaardige voeding, emotionele pijn en/of een ongezonde levensstijl. In dit licht bezien wordt ziekte een integraal deel van de pogingen van het lichaam om iemand ervan te *weerhouden* onbedoeld zelfmoord te plegen. Je kunt ervan uitgaan, dat je lichaam altijd aan jouw kant staat en je nooit tegenwerkt, zelfs als het zichzelf *schijnbaar* aanvalt (zoals bij de zogenaamde auto-immuunziekten diabetes type 1, lupus, kanker en reumatoïde artritis).

Net zoals er een mechanisme is dat diabetes veroorzaakt, is er ook een mechanisme dat de ziekte weer geneest. Dat diabetes een onomkeerbare ziekte genoemd wordt, of het nu om type 1 of type 2 gaat, toont aan dat de ware aard van het menselijk lichaam niet begrepen wordt.

Zodra de voorwaarden geschapen zijn om de balans te herstellen en zodra alle functies van het lichaam weer in evenwicht zijn, zal het lichaam in staat zijn om alle mogelijkheden voor natuurlijk herstel te gebruiken. We zijn bijna allemaal in staat om een wond of een botbreuk te laten genezen.

Bij sommige mensen lukt dat niet meer, omdat het immuunsysteem aangetast is, omdat medicijnen de bloedstolling beïnvloeden, of omdat het lichaam verstopt is geraakt met giftige afvalstoffen. In het geval van diabetes type 1 stoppen de cellen van de alvleesklier niet omdat ze te moe zijn om hun werk te doen.

In het geval van diabetes type 2 verzetten de 60 tril-

joen cellen van het lichaam zich niet tegen de insuline die in contact komt met hun celmembranen omdat ze er een afkeer tegen ontwikkeld hebben. In beide situaties kunnen de cellen hun werk niet doen om een aantal redenen die we in principe zelf onder controle hebben.

Als we ermee stoppen onze cellen direct of indirect te vernietigen door onze manier van eten en leven, dan kunnen ze heel gemakkelijk opnieuw geprogrammeerd, weer tot leven gebracht of vervangen worden door nieuwe cellen.

Er is niet zo veel verschil tussen het genezen van de alvleesklier of het genezen van een botbreuk. Maar om te kunnen genezen, moeten we ons lichaam daar wel de gelegenheid voor geven en het niet tegenwerken. Diabetes alleen maar behandelen op het niveau van de symptomen verhindert de genezing.

Maar het is helemaal niet zo moeilijk om vast te stellen waarom de cellen van de alvleesklier, die insuline afscheiden, zo slecht werken bij diabetes type 1 en om de oorzaak weg te nemen. Om goed te kunnen functioneren hebben deze gespecialiseerde cellen volwaardige voedingsstoffen nodig.

Insuline is een onmisbaar hormoon dat we allemaal nodig hebben om essentiële voedingsstoffen (eiwitten, suiker en vetten), maar vooral glucose, naar alle cellen van het lichaam te transporteren. Als er niet genoeg insuline aanwezig is om deze voedingsstoffen bij de cellen af te leveren, blijft er te veel suiker in het bloed aanwezig en stijgt de bloedsuikerspiegel tot gevaarlijke hoogte.

In het geval van insuline-afhankelijke diabetes (die zowel bij type 1 als bij type 2 kan voorkomen) lijkt het verstandig om insuline in het bloed te injecteren om het teveel aan suiker-, vet- en eiwitmoleculen uit de bloedstroom te verwijderen.

Maar door de patiënt alleen insuline-injecties te geven zonder onderzoeken te doen en vast te stellen wat de oorzaak van deze situatie is, wordt het probleem niet opgelost, maar zelfs verergerd. Deze snelle oplossing maakt een echte genezing onmogelijk en verhoogt tegelijkertijd het risico op de ontwikkeling van vele andere ziekten.

Het is nu bekend dat zowel type 1- als type 2-diabetici een verhoogd risico hebben op hart- en vaatziekten, kanker, beroerte, blindheid en Alzheimer. Een verhoogd insulinegehalte kan ontsteking van de hersenen veroorzaken en dat kan het risico op Alzheimer vergroten. Deze ontdekking werd gerapporteerd in het *Archive of Neurology* (deel 62, blz. 1539).

Er is nog meer bewijs gevonden dat Alzheimer zelfs een derde vorm van diabetes zou kunnen zijn, volgens onderzoekers aan de *Northwestern University* (Chicago). Insuline en insulinereceptoren in de hersenen zijn cruciaal voor leren en onthouden.

Daarom maken de hersenen hun eigen insuline aan. In 2005 werd ontdekt dat mensen met Alzheimer minder insuline en insulinereceptoren hebben. In de hersenen bindt insuline zich aan een insulinereceptor bij een synaps, die een mechanisme in werking stelt waardoor

zenuwcellen in leven blijven en herinneringen gevormd kunnen worden.

Het nieuwe onderzoek van *Northwestern University* ontdekte een giftig eiwit in de hersenen van Alzheimerpatiënten – het bèta-amyloïd – dat insulinerceptoren losmaakt van zenuwcellen, waardoor deze neuronen insulineresistent worden. Het resultaat is dat de neuronen niet voldoende glucose opnemen en daardoor de functie van het geheugen blokkeren. In 2004 lieten onderzoekers al weten dat diabetici mogelijk een 65% grotere kans hebben op het krijgen van Alzheimer.

Je kunt je afvragen of dit risico veroorzaakt wordt door de ziekte zelf of door de behandelwijzen. Volgens mij is diabetes zo'n gevaarlijke ziekte geworden omdat de symptomen behandeld worden in plaats van de oorzaak.

Als een patiënt met niet-insuline afhankelijk diabetes een insuline-injectie krijgt, kan dat ernstige schade toebrengen of zelfs dodelijk zijn. Verrassend genoeg zal een gezond persoon die insuline-injecties krijgt, diabetes ontwikkelen. Dit komt regelmatig voor door het hoge percentage foutieve, positieve bloedonderzoeken van tegenwoordig. 'Eens diabetes, altijd diabetes' is een triest gevolg van medisch ingrijpen. Maar dat is absoluut niet nodig.

Wetenschappers van een ziekenhuis in Toronto hebben een verbazingwekkende ontdekking gedaan die misschien zou kunnen leiden tot genezing van diabetes. De onderzoekers injecteerden muizen met diabetes met

capsaïcine, het actieve ingrediënt van chilipeper, dat het effect van slecht werkende pijnneuronen in de alveesklier tegengaat. De muizen werden in zeer korte tijd helemaal gezond. Volgens conventionele wijsheid zou dit alleen maar veroorzaakt worden doordat het immuunsysteem van het lichaam de alveesklier aanvalt.

Maar nieuw onderzoek toont aan dat dit niet het geval is. Kennelijk scheiden onze zenuwen bepaalde neuropeptiden af die noodzakelijk zijn om de alveesklier goed te laten werken.

Misschien is het om diabetes te genezen alleen maar nodig de werking van de zenuwen te herstellen met behulp van eenvoudige methoden zoals hierboven beschreven.

Capsaïcine heeft zijn genezende werking al bewezen bij de behandeling van gewrichtspijn en andere ontstekingsziekten. Dit toont aan dat een geneesmiddel niet ingewikkeld en duur hoeft te zijn. Er is al meer dan genoeg bewijs dat diabetes type 2 genezen kan worden met natuurlijk methoden en door het vermijden van voeding die er de oorzaak van is dat cellen geen insuline op kunnen nemen.



---

## Voeding die diabetes veroorzaakt

### 1. Geraffineerde koolhydraten – een oorzaak van insulineresistentie

Type 2-diabetici krijgen heel vaak te horen dat ze het gebruik van koolhydraten moeten verminderen of zelfs helemaal geen koolhydraten meer mogen gebruiken. Er wordt hun verteld dat deze suikers hun bloedsuikerspiegel tot een abnormaal niveau kunnen verhogen en hun leven in gevaar kunnen brengen. Hoewel er enige waarheid schuilt in deze verklaring, zullen we zien dat hij ook misleidend is. Maar laten we eerst eens kijken naar het deel dat waar is.

Het is absoluut een feit dat geraffineerde, bewerkte koolhydraten een grote invloed hebben op de gezondheid van iedereen en niet alleen op die van diabetici.

Bij de normale vertering van plantaardige voeding worden meervoudige koolhydraten omgezet in meervoudige suikers (glycogeen), die opgeslagen worden in de lever en in de spieren. Zo nodig zet het lichaam dit glycogeen om in glucose om energie te leveren aan de cellen.

Maar als je geraffineerde (enkelvoudige) koolhydraten eet (in chips, cake, ijs, pasta, witbrood, frisdrank enzovoort), worden die binnen een paar minuten opgenomen in de bloedstroom. Hoe meer van deze enkelvoudige