



## Zimt senkt bei Diabetikern den Blutzuckerspiegel

Von *PR-Gateway*

Erstellt am 3 Jun 2011 - 15:54

Diabetesberater Sven-David Müller verrät in Zimt gegen Zucker das Geheimnis der natürlichen Blutzuckersenkung

Wer bei Diabetes mellitus nur an Diät, Insulin oder Tabletten denkt, übersieht, dass es mit Zimt auch eine ganz natürliche Methode der Blutzuckerregulation gibt, informiert Diabetesberater Sven-David Müller bei der Vorstellung seines Buch Zimt gegen Zucker in Berlin. Wissenschaftliche Studien beweisen, dass Zimt den Blutzucker bei Typ 2 Diabetikern um bis zu 29 Prozent senken kann. Bereits eine tägliche Aufnahme von einem Gramm Zimt kann beim Gros der Typ 2 Diabetiker entscheidend zur Verbesserung der Blutzuckereinstellung beitragen. Vorteilhaft ist, dass Zimt keine Unterzuckerungen hervorruft, betont Sven-David Müller. Zusammen mit der Ernährungswissenschaftlerin Dipl. oec. troph. Claudia Reimers hat Sven-David Müller, M.Sc., ein Manuskript verfasst, das die Effekte von Zimt auf den Stoffwechsel genau beschreibt und vielfältige Informationen für Diabetiker enthält, die auf Naturheilkunde setzen. Millionen Menschen in Deutschland leiden an einer Vorstufe des Diabetes mellitus, die als pathologische Glukosetoleranz bezeichnet wird. Zimt ist in der Lage, der Entstehung des Diabetes mellitus Typ 2 vorzubeugen. Wer sich richtig ernährt, sich viel bewegt, Stress vermeidet und täglich ein Gramm Zimt aufnimmt, kann sich effektiv vor Diabetes schützen, informiert Diabetesexperte Sven-David Müller. Nur Menschen, die auf Zimt allergisch reagieren, dürfen das goldbraune Gewürz nicht zur Blutzuckeroptimierung oder zum Schutz vor Diabetes mellitus verwenden.

### Zimt gegen Zucker

Im Buch Zimt gegen Zucker beschreibt Sven-David Müller die verschiedenen Studien, die mit Zimt durchgeführt worden sind und entwirft ein Konzept, das Zimt in die herkömmliche Diabetestherapie einbeziehbar macht. Diabetes mellitus ist eine gefährliche Krankheit, denn kein anderes Leiden führt häufiger zum Tode, zur Erblindung, zur Amputation oder dem Nierenversagen. Zimt kann zusätzlicher Bestandteil einer effektiven Diabetestherapie sein. Ich empfehle jedem Diabetiker, Zimt in den Kostplan einzubeziehen, da die Wirkung wissenschaftlich belegt ist und mit Neben- oder Wechselwirkungen nicht zu rechnen ist, erläutert Diabetesexperte Sven-David Müller. Diabetiker oder Menschen, die es nicht werden möchten und Angst vor Cumarin haben, können vorsichtshalber auf Ceylon-Zimt oder wässrigen Zimtextrakt zurückgreifen. Neben der Blutzuckerregulierung hat Zimt noch weitere Effekte: Zimt wirkt desinfizierend und beugt Magen-Darm-Erkrankungen, Mundgeruch und Übelkeit vor. Aktuelle Studien zeigen, dass Zimt auch das LDL-Cholesterin und die Triglyzeride deutlich senken kann. Für die blutzuckersenkende Wirkung von Zimt ist die Substanz MHCP verantwortlich. Dieser sekundäre Pflanzenstoff verbessert die Insulinwirkung an den Zellen des Körpers und ist ein probates Mittel gegen die bei Diabetikern häufige Insulinresistenz. Wer den Geschmack von Zimt nicht mag oder keinerlei Cumarin aufnehmen möchte, kann auf Kapseln mit wässrigem Zimtextrakt aus der Apotheke zurückgreifen, informiert Sven-David Müller.

### Diabetesberater Sven-David Müller setzt auf natürliche Diabetestherapie

Aber die natürliche Diabetestherapie, die Diabetesberater Sven-David Müller in seinem neuen Buch Zimt gegen Zucker beschreibt, geht weit über Zimt hinaus. Eine optimale Blutzuckereinstellung ist nur bei einer angepassten Ernährungsweise, Stressvermeidung durch Entspannungstechniken wie Autogenes Training, Muskularbeit und die Einnahme von bestimmten Mikronährstoffen wie Zink und Chrom möglich. Viele Diabetiker leiden unter einer unzureichenden Versorgung mit bestimmten Vitalstoffen, da diese über den Urin vermehrt verloren gehen. Sven-David Müller, der selbst seit 1976 unter Diabetes mellitus leidet, empfiehlt seinen Diabetes-Patienten neben einer diabetesgerechten Ernährungsweise mit reichlich Ballaststoffen die regelmäßige Verwendung oder Einnahme von Zimt. Das Buch Zimt gegen Zucker wird vom Deutschen Kompetenzzentrum Gesundheitsförderung und Diätetik empfohlen. Sven-David Müller ist staatlich anerkannter Diätassistent, Diabetesberater der Deutschen Diabetes Gesellschaft, hat nutritive Medizin studiert und sein Studium mit dem akademischen Grad Master of Science in Applied Nutritional Medicine (Angewandte Ernährungsmedizin) abgeschlossen. In der Diabetesberatung war er zehn Jahre an der Universitätsklinik Aachen beschäftigt und leitet jetzt das Zentrum und die Praxis für Ernährungskommunikation, Diätberatung und Gesundheitspublizistik (ZEK) in Niederweimar. Die Organisation setzt sich für die ganzheitliche wissenschaftliche Gesundheitsförderung ein. Bibliografische Daten



Zimt gegen Zucker  
Sven-David Müller  
Mainz Verlag  
7,95 Euro

Journalistenservice: Das Buch kann unter [diaetmueller@web.de](mailto:diaetmueller@web.de) [1] kostenlos zur Rezension angefordert werden.

Die Krankenkassen stellen kostenlose Aufklärungsmaterialien zum Thema Diabetes mellitus zur Verfügung.

Die Homepage von Sven-David Müller liefert vielfältige Ernährungsinformationen. Sven-David Müller ist Diätassistent, Diabetesberater DDG (Deutsche Diabetes Gesellschaft) und studiert Applied Nutritional Medicine an der Donau Universität Krems. Er ist Master of Science in Applied Nutritional Medicine (Angewandter Ernährungsmedizin).

Auf seiner Homepage informiert Sven-David Müller, M.Sc., über seine Bücher, Termine und Veranstaltungen. Zusammen mit anderen Fachjournalisten liefert er Informationen über Ernährung, Ernährungsmedizin, nutritive Medizin sowie Diätetik.

Das ZEK ist ein Zusammenschluss von Medizinjournlisten, Gesundheitspublizisten, Naturwissenschaftlern sowie Diätassistenten.

ZEK

Sven-David Müller  
Haddamshäuser Weg 4a  
35096 Weimar an der Lahn  
[pressemueller@web.de](mailto:pressemueller@web.de) [2]  
06421-951449  
<http://www.svendavidmueller.de> [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:51):** <http://www.medkom24.eu/node/14183>

### Links:

[1] <mailto:diaetmueller@web.de>  
[2] <mailto:pressemueller@web.de>  
[3] <http://www.svendavidmueller.de>