

DIYABET ve MAGAZİN

Dr. Adnan GÖKÇEL

Şeker hastalığı görülme sıklığı
bütün dünyada olduğu gibi
ülkemizde de hızla artıyor ve
diyabet salgınının tam ortasındayız

Şeker hastalığına kesin çözüm

[İHA Sağlık Haberleri](#)

Giriş Tarihi: 26.12.2014 10:42 Güncelleme Tarihi: 26.12.2014 10:57

Türk bilim adamından şeker hastalığına çözüm!

Ünal ÖZTÜRK / HT GAZETE

Hollandalı bilim insanları, Tip 1 diyabetin kesin tedavisini sağlayabilecek bir metot üzerinde ilerleme kaydettiklerini açıkladı. Leiden Üniversite Hastanesi öğretim üyesi Prof. Dr. Bart Roep, uzun zaman diyabet hastalarında beta hücrelerinin bağışıklık sistemi tarafından tamamen yok edildiğinin düşünülüğünü, ancak bunun doğru olmadığını anlaşıldığını belirtti. “Yıllarca diyabet hastası olanların bile insülin hormonu salgılayan beta hücrelerine sahip olduklarını saptadık” diyen Profesör Roep, “Bağışıklık sisteminin bastırılmasıyla bu hücrelerin yeniden insülin üretebilmeleri ve kişinin hastalıktan kurtulması sağlanabilir” şeklinde konuştu.



Dr. Erdoğan Zaim

Tüm yazılarını görüntüle.

f PAYLAŞ

🐦 TWEET

📄 GOOGLE+

Çağımızda **şeker hastalığı** kanserle yarışır hale gelmiş hatta önüne geçmiştir.

Şeker hastalığını bitirmek için değil rölantide ömür boyu ilaç ve insülinle yaşamak önerilmektedir.

Üç ayda bir dışarıdan verilen sentetik insülin direncini HbA1c ile ölçülmektedir.

HbA1c Ölçümü Tip 2 diyabet için anlamlıdır.

Tip 1 için ise anlamsızdır.

Tip 1 de hastalığın başında yapılan tetkikler ve sonuçları hastalığın ilerki aşamalarında değerlendirmede bize yardımcıdır.

Tip 1 de antikorların varlığı değerlendirilmeli, Cpeptid düzeyine bakılmalıdır. Başlangıçtan balayına kadar geçen sürede Cpeptid miktarı ölçülmelidir. Balayı dönemi bittikten sonra tekrar Cpeptid değeri ölçülüp hastalığın gidişatı değerlendirilmelidir.

Şeker Hastalığından Kurtulmanız Mümkün!

Balayı dönemi nedir?

Şeker hastalığına yakalandıktan sonra doktor tarafından hastaya verilen insülin miktarlarında geçici bir süre azalma meydana gelir. Hasta iyileşti gibi gözükür bu geçicidir depolardaki insülini kullanır. Bu da Cpeptid ölçümüyle belirlenir. Bu dönemin sonunda vücudun insülini kalmaz dışarıdan verilen insüline muhtaç durumundadır ve şekeri yüksek olur. Bu duruma balayı dönemi



Şeker Hastaları İçin Beslenme Önerileri

🕒 21 Mart 2017 👁 1.809



Neden Şeker Hastası Oluruz?

🕒 20 Mart 2017 👁 4.716



Şeker Hastaları Nasıl Beslenmelidir?

🕒 19 Mart 2017 👁 1.398



Diyabet Tedavisinde Kullanılan Bitkisel Ürünler

tek yazacağım.

Şunu bilelim bu mayanın tedavide mucizevi etkileri vardır.

Tedavi bir bütündür öncelikle kişinin beslenmesi düzenlenmesi gerekir hangi besinler o kişinin bünyesi ile uyumludur bu bilinmelidir. Tibet mayası diğer kefir türlerinden tamamen başkadır, öncelikle çoğalmaz bütün enerjisini süte verir ve zamanla azalır. Tibet mayası harici, diğer kefir türlerinin alkol özelliği vardır, zamanla karaciğere zarar verir. Tibet mayasının böyle bir yan etkisi yoktur. Aç karnına içilirse tok tutar, kilo verdirir. Tok karnına içilirse besinleri yararlı hale getirir kilo aldırır bu maya kronik hastalıklarda son derece faydalıdır. Tüm kronik hastalıklarda kullanılır. Biz ms de eksik mineralleri yerine koymak ve miyelin yapıcı özelliğinden ayrıca meydana gelmiş tahribatların tamiri için kullanılmaktadır. Kanser hücrelerine karşı savaşta çok etkilidir. Şekerin hasarlarını tamirde tek silahtır. Maya benim araştırma ve çalışmalarım sırasında karşılaştığım **Allah'ın bir mucizesidir**. Sadece tibet rahiplerinde vardır, üretilmediği için tibetten getirmek mecburiyetindeyim. Türkiyede hastalarımı tedavi sırasında kullandırmaktayım. Benim ordaki budist hekimlerle çalışmam sırasında bana bu imkan sağlandı. Benim bahsettiğim maya 86-90 gram kadardır bir kişilik dozdur, üreyip çoğalmaz karnı bahara benzemez. Doğal tuz kristali gibidir mayalanması kefir gibi yapılır tahta kaşık kullanılmalıdır. Maya konusunda önce hastalığın seviyesini ve durumunu tespit etmek lazım ondan sonra maya kullanılmalıdır. Tibet mayası ms hastaları için çok faydalıdır, çünkü yaptığı miyelin tamiri ve eksik mineral ve vitaminleri yerine koymasından dolayı olmazsa olmaz bir ilaçtır mutlaka kullanılmalıdır

1-kalbi besleyip damarlardaki kötü kolesterolü parçalar ve vucuddan atılmasını sağlar yani kolestrol ilaçlarına gerek kalmadan kalıcı bir 3 aylık tedavi ile bu sıkıntıdan kurtulabilirsiniz



Çörek Otunun Faydaları Nelerdir?

27 Mart 2017 6.803



Kırk kilit otunun faydaları nelerdir?

10 Mart 2017 5.166



Papatyanın Diyabet Dahil 14 İnanılmaz Faydası

1 Mart 2017 11.363

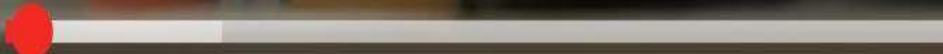


Reyhan Bitkisinin Şimdiye

Dr. Erdoğan Zaim Şeker Hastalığı Tedavisini Anlatıyor



5:26



0:09 / 10:32





Ara



YAPAY
PANKREA
DİYABETE
TARIK TORO
17.269 görür



Tıp 1 Diya
Hastası D
ZAIM ile T
Turgut Ordu
7.582 görünt



6 yaşında
1 den kurt
Turgut Ordu
1.369 görünt



7 yaşında

5 Yaşında Tip 1 Şeker Hastası Dr Erdoğan Zaim'in tedavisi sayesinde iyileşti



Erdoğan Zaim



Abone ol

168

11.111 görüntüleme



Ara



1:03 / 4:39

Şekeri 400'den 90'a düştü - Dr. Erdoğan Zaim

Turgut Ordu



tamamen mümkün
Liv Hospital
72.388 görü



Şeker Hastalığı Yok Eden Kürü Tanıyın
beautiful ge
333.531 gör



Şeker Hastalığına Çare
videoerk
55.481 görü



Dr. Ender Şekerini Düşürmek İçin Çay Tarifi

Tip 1 diyabetli çocuklarda geçerli tek tedavi şekli insülin olmasına rağmen yanlış uygulamaların gerçekleştirildiği görülmektedir. Dr. Erdoğan Zaim'in internet sitesinde, tip 1 diyabetli hastalarda kendi uyguladığı bir yöntemle insülin tedavisine gerek kalmayacak şekilde iyileşme sağlandığının iddia edildiği video kayıtları bulunmaktadır.

<http://www.sekerhastaligi.com.tr/videolar/> adresi, <https://www.youtube.com/channel/UCflTBqsrLEXqOlh8ZFwrtgQ> Youtube kanalı ve <http://erdoganzaim.com/galeri-kategori/hasta-videolari/> sitesinde bulunan, 2014 yılında yüklendiği görülen "Tip 1 Diyabet Başlangıcı", "5 yaşında tip 1 iyileşti" ve "Tip 1'den Kurtuldu!" başlıklı videolarda yer alan hastanın insülin dozlarının Dr. Erdoğan Zaim'e başvurması sayesinde düşürülebildiği ifade edilmektedir.

İlgili hastanın halen takip edildiği Çocuk Endokrinolojisi merkezi ile yapılan temaslara sonucunda ise, videolarda yer alan hastanın halen tam dozda insülin kullandığı ve 2016 yılı Ocak ayındaki HbA1c düzeyinin %8,2 (normali <%6) olduğu yani diyabetin devam ettiği görülmektedir. Sonuç olarak, bu videoların başlık ve içerikleri saf bir umut ile çare arayan diyabetli çocuk yakınlarını yanıltıcıdır.

Tip 1 diyabet, tedavisi üzerinde çok sayıda çalışma yapılmış olan ve günümüzde tedavisi sadece insülin olan bir hastalıktır. Bu tip yayınlar gerçeği yansıtmadığı gibi hastaların insülin tedavisini keserek yaşamsal tehlikeye girmelerine neden olabilir. Diyabetli çocuk yakınlarının bu tür yayınlara itibar etmemeleri gereklidir.

Kamuoyuna saygı ile duyurulur

Çocuk Endokrinolojisi ve Diyabet Derneği



Ara



Şeker Hastalığını Yok Eden Çam Çırası Kürü
Tansiyon, Kalp Damar, Mide Lokman Hekim Ömer



**Diyabetle yaşamak
kaderiniz olmasın...**



ÇAM Çırası Suyu

KARGO ve



1.000ml

0216 639 13 13



Gelen Sel
Şifa Bul
156.220 gör



Şeker Ha
Çare
videoerk
55.481 görü



Çam Çıra
Yarar, Çar
Diyabet T
ibrahim Gök
34.363 görü



Şeker Ha
Kaçtır İbr
Saraçoğlu

ŞEKER HASTALIĞINI KESİN OLARAK YOK EDEN İLACI BULDU !!!!!



Şeker Hastalarına Müjde

Diabet Tedavisinin Yöntemi
Bulundu Hemen Sor
Uzmanlarımız Cevaplasın

sekerdiyabettedavisi.com



Video 2

6 Kasım 2014 0 7337



Arama

Aradığınızı yazın



Bir gecede göbekten 7
KG yağ eriyor!
Yatmadan bir bardak...



Oturduğum yerden kilo
verdim! 14 günde 23
kg! Tarifi not ediniz...



Göbeğinizle 7 günde
vedalaşın! Yağlardan
kurtulmak için aç
karna...



Kilo vermenin en kolay
yolu! 2 haftada 15 kilo.
İki kaşık...

Sponsored by adnow

Facebook'ta DİYET ve ZAYIFLAMA TARİFLERİMİZ için TIKLAYIN

TAGS KİLO VERMEK ŞEKER HASTALIĞI ZAYIFLAMA KÜRLERİ

Şeker hastalığını Allahın izni ile yenmenin yolu

Devamlı Üye

Reklam

Diabete
Bitkisel
Çözüm -
Şeker
Hastalarına
Müjde

Şeker Hastalığı
Tedavisi İçin
Uzmanlarımızdan
Destek Alın

sekerdiyabettedavisi.com



Şeker hastalığını Allahın izni ile yenmenin yolu!

Reklam

1 X

Diabete Bitkisel Çözüm - Şeker Hastalarına Müjde

Şeker Hastalığı Tedavisi İçin
Uzmanlarımızdan Destek Alın

sekerdiyabettedavisi.com



Şeker hastalığını Allahın izni ile yenmenin yolu! Mumsema
ALLAH'IN (c.c) İZİNİ İLE ŞEKER HASTALIĞINA ÇÖZÜM BULUNDU...!!!

Yoğun araştırmalar ve elverişli deneylerden sonra pek çok yaşlı kadın ve erkeğin şeker hastalığına yüce mevla'nın yardımıyla ilaç bulundu.

Alınan ilacın niteliği ve miktarı aşağıda açıklanmıştır.

Malzemeler =

1. 500 gr BUĞDAY
2. 500 gr ARPA
3. 500 gr ÇÖREKOTU
4. 500 gr CAMSAKIZI





Şeker Diyabet Tedavisi

Anasayfa

DİYABET

Diyabetiniz için doğal yöntemler deneyin

Uzman tavsiyesi almak için lütfen formu doldurun

Diyabetsiz hayatın tadını çıkarın

Diyabet hastalığıyla ilgili her türlü bitkisel destek için uzmanlarımız sorularınızı bekliyor.



Adınız Soyadınız (Bu alanı boş bırakmayın)



Telefon Numaranız (Bu alanı boş bırakmayın)



Sorunuz

Sorunu Gönder

Şeker hastalığıyla ilgili tüm detaylar sekerdiyabettedavisi.com'da!

DİYABET

DİYABETE BİTKİSEL ÇÖZÜM

ŞEKER HASTALIĞININ

Feridun Kunak'ın Şeker Hastalığına Bitkisel Tedavi Önerileri

Ünlü İslam alimleri şeker hastalığının hâbrekler nedeniyle ortaya çıktığını söylemiş bu konuda bazı öneriler sunmuştur. Kısaca bu

Masaüstü

20:04

17/04/2017

DİYABET

➤ ŞEKER HASTALIĞININ
BELİRTİLERİ

➤ DİYABETİN GÖZE ETKİLERİ

➤ DİYABETE BİTKİSEL ÇÖZÜM

➤ ŞEKER HASTALIĞININ
NEDENLERİ NELERDİR?

➤ DİYABET VE OBEZİTE

➤ HAMİLELİKTE ŞEKER HASTALIĞI

➤ DİYABETİ TETİKLEYEN
NEDENLER➤ ŞEKER HASTALIĞININ VUCUDA
ZARARLARI➤ ŞEKER HASTALIĞINDA
BESLENME

➤ DİYABET VE VİTAMİNLER

➤ DİYABETTE TEDAVİ SÜRECİ

➤ MENOPOZ DÖNEMİ VE DİYABET

➤ GİZLİ ŞEKER NASIL ANLAŞILIR?

➤ DİYABET HASTALARI NELERE
DİKKAT ETMELİ➤ HİPOGLİSEMİDEN KORUNMA
YOLLARI

➤ DİYABETTE KOMPLİKASYONLAR

DİYABETE BİTKİSEL ÇÖZÜM

Feridun Kunak'ın Şeker Hastalığına Bitkisel Tedavi Önerileri

Ünlü İslam alimleri şeker hastalığının böbrekler nedeniyle ortaya çıktığını söylemiş bu konuda bazı öneriler sunmuştur. Kısaca bu bitkisel önerilere göz atmak gerekirse,

*Şeker hastalarının kekik çayı içmesi gerekmektedir.

Tansiyon hastaları, hamilelerin, tedavi gören hastaların tüketmemesi önerilir. Doktorunuzun bilgisi dışında kullanmayınız.

Kekiği sıcak suyun içine atıktan sonra 10 dakika bekleyin. İyi bir demleme için altın kural, su kaynarken değil, kaynaması dindikten sonra kekiği suya eklemenizdir. Demlenmesini bekleyiniz. İdeal süre 8-10 dakikadır.

*Hastalığın tedavisinde her gün 5 adet ceviz tüketilmelidir. Bu tüketim sonucunda hastalık ilerleme kaydetmemektedir.

*100 gram kadar çam sakızı, 100 gr çörek otu, 100 gr arpa ve buğday, 4 fincan su ile birlikte karıştırılarak kaynatılır, kaşım dört gün boyunca içilir.

*Hastalık süresince yumurta, mercimek ve kuru fasulye tüketilmemelidir.

Şeker hastalığında kekiğin herhangi bir etkisi var mıdır?

Şeker hastalığının tedavisinde kekik kullanımı büyük öneme sahiptir. Kekik, kandaki şeker miktarının azalmasını sağlayarak şeker hastalığı tedavisinde kullanılan bitkiler arasında yer almıştır.

Şeker hastalığının bir beslenme hastalığı olduğu unutulmamalıdır. Bu kapsamda hastaların dengeli ve düzenli bir biçimde beslenme alışkanlığı edinmesi, yağ, protein ve karbonhidrat dengesini doğru şekilde sağlaması gerekmektedir.

Yağsız ürünler tüketmeye özen gösterilmeli, bol miktarda sebze tüketilmelidir. Özellikle lahana, tere, soğan, marul, salatalık ve turp tüketimi tavsiye edilmektedir.

Bol miktarda baharat tüketimi tavsiye edilmektedir. Ancak dengeli ve düzenli tüketim gerçekleştirilmelidir. Baharat tüketimi, salgı bezlerinin daha aktif olarak çalışmasını sağlamaktadır.

Şeker Hastalığına İyi Gelen Şifalı Bitkiler

Şeker hastalığının tedavisinde çeşitli bitkisel tedavi yolları bulunmaktadır. Bunlardan bazılarını incelemek gerekirse,

*İki bardan su içerisine bir kaşık kadar çemen eklenir. Kısık ateşte pişirilerek sabah kahvaltısından önce içilmesi tavsiye edilmektedir.

*Bir litre kaynar su içerisine bir yemek kaşığı kadar mersin yaprağı konulur. Yaklaşık 15 dakika kadar kaynatıldıktan sonra demlenir ve süzülerek yemeklerden önce bir bardak içilir.

*Bir çay bardağı sıcak su içerisine bir tatlı kaşığı kadar karadut yaprağı, hulasası konulmalıdır. Yemeklerden önce birer bardak tüketilmesi tavsiye edilmektedir.

*Böğürtlen, ada çayı ve at kuyruğu diğer bitkisel önerilerden bazılarıdır.

Ayrıca bitkisel çaylardan zeytin yaprağı çayı da şeker hastalığı için önerilir.

**Ege Lokmanı'ndan Şeker hastalığına altı ayda
bitkisel çözüml**

**Manisa'nın Kırkağaç ilçesinde Ege Lokmanı
olarak tanınan Őevki Güngör, "Şeker
rahatsızlığını 6 ay içerisinde tamamen
iyileştirdiğimiz hastalarımız var" dedi.**

"Şeker hastalarına altı ayda şifa"

Kanserin yanı sıra şeker hastalığının tedavisinde de bitkisel tedavi yöntemleri uyguladığını aktaran Güngör, sözlerini şöyle tamamladı: "Şeker hastalığına iyi gelecek o kadar çok bitki var ki ülkemizde. Yani binlerce bitki var. Biz tabi bunların en etkili olanlarını tespit edip kullanıyoruz. Şeker rahatsızlığını 6 ay içerisinde iyileştirdiğimiz hastalarımız var. **İnsülin kullanan, şekeri 500-600 olan hastalarımız bu bitkiler sayesinde çok kısa sürede şifa buluyor.** Hastalığın vücutta yol açtığı bir takım hasarları da onarıyor. 6 ay içerisinde, damar tıkanıklığı olanlar, ayağında yara olanlar iyileşiyor. Görme bozukluğu olanlar bu şikayetinden kurtulabiliyor. Çok güçlü bitkiler var. Allah'a hamdolsun; doğada her şey var. Her hastalığın şifası doğada mevcut. Biz de bunları seçip gerekli işlemlerden geçirdikten sonra hastalarımıza veriyoruz.

İbrahim Saraçoğlu Şeker Hastalığı Tedavisi:

Dr.İbrahim Saraçoğlu'ndan Şeker Hastaları İçin Krler

2 Şeker hastalığı vardır. Bunlar Tıpta Tip 1 ve Tip 2 Diyabet diye adlandırılan durumdur. Dr İbrahim Saraçoğlu diyabet hastaları için ayrı ayrı geliştirmiş olduğu krleri, anlattı.

TİP 1 ŞEKER HASTALARI İÇİN : Şeker hastalığının ortaya çıktığı ilk yıl boyunca, kabuk tarçın tüketilmesi Şekeri normal seviyeye döndürüp, **hastalığı iyileştirir.**

TİP 2 ŞEKER HASTALARI İÇİN : Lahana kr uygulanmalıdır. Lahananın dış yapraklarından 4-5 adetini, 1/2 Lt suda haşlayın. Sabah akşam aç karnına için.

Allah'ın İzniyle Şeker Hastalığına Kesin Çözüm

Yoğun araştırmalar ve elverişli denetimlerden sonra pek çok yaşlı kadın ve erkeğin maruz kaldığı ŞEKER HASTALIĞINA Yüce Mevla'nın yardımı ile ilaç bulundu.

3633
Okundu

f Facebook'ta Paylaş

Twitter'da Paylaş

g+



Öne Çıkanlar



FBI'a Clinton uyarısı



'Justinianus Köprüsü' bin 500 yıldır ayakta



* CHP ve MHP'ye "bakanlık" çağrısı!
* Eyalet sistemi gelecek mi?
* "Terörle mücadele ne zaman bitecek?" diye soruyorlar..."

RUHANI

Ruhani > Yaşam > Sağlık > Alternatif Tıp

 **Allah'ın izni ile şeker hastalığının kesin çözümü bulundu**

Nickiniz Beni hatırla
Şifreniz

[Kayıt ol](#) [Yardım](#) [Topluluk](#) [Ajanda](#) [Bugünkü Mesajlar](#) [Arama](#)

MEDYUM BURAK *medyumburak@gmail.com*
Her Türlü Derdiniz İçin **0 553 371 89 94**

Cevap Yaz



Şeker
Hastaları
İçin

Şeker
hastalığını
Allahın
yardımı ve
Şafii ismi
şerifi ile
yenmenin
yolu

Bitkisel /
Denenmiş
İlaçlar



0:04 / 2:01





Yoğun araştırmalar ve elverişli deneylerden sonra pek çok yaşlı kadın ve erkeğin şeker hastalığına yüce mevla'nın yardımıyla ilaç bulundu.

24.01.2016 / 23:09

- 1) 100 gr. Buğday
- 2) 100 gr. Arpa
- 3) 100 gr. Çörek otu
- 4) 100 gr. Acı çam sakızı

KULLANMA ŞEKLİ:

Yukarıdaki miktarlar harman yapıp üzerine 2 litre su ilave edilerek ateşte 10 dakika kaynatıldıktan sonra soğumaya terk edilecek.

Daha sonra ince süzgeçle süzülerek bir cam sürahiye konulacak.

Bu işlemlerden sonra 40 gün süre ile her sabah aç karnına birer fincan içilecek.

40 gün tamamlandıktan sonra 3 gün daha gün aşırı (1 gün içilecek 1 gün içilmeyecek) içmeye devam ettikten sonra, tedavi süresi tamamlanmış olacaktır.

.....

Bu işlemlerden sonra hasta daha önce yemesi yasak olan her şeyi Allah'ın izniyle (hastalık tamamen geçmiş olacağından) çekinmeden yiyebilecektir.

Not:

Yukarıda yazılı reçetede çam sakızı dışındaki ilaç malzemelerinin kaynatılmadan önce kırılarak veya ezilerek kaynatılmasının daha yararlı olduğunu unutmayalım.

Lütfen !!! Bu reçeteyi size sunan Halit Ağırkan ve diğer Müslüman kardeşlerimizi de dualarınızdan mahrum etmeyiniz.



TEDAVİLER

Diyabet iyileşir

Yaygın kanaatin aksine Tip 2 diyabet tam şifa ile tedavi edilebilen bir sağlık sorunudur. Ömür boyu diyabet ilacı kullanmak zorunda değilsiniz. Oysa 'uzmanlar', diyabet hastalarını önce ilaçlara, ardından da insülin iğnelerine ömür boyu mahkûm etmeyi tercih ediyor.

09 Ağustos 2016

Paylaş



TIP 2 DİYABET İYİLEŞİR!

Yaygın kanaatin aksine Tip 2 diyabet tam şifa ile tedavi edilebilen bir sağlık sorunudur. Ömür boyu diyabet ilacı kullanmak zorunda değilsiniz. Oysa 'uzmanlar', diyabet hastalarını önce ilaçlara, ardından da insülin iğnelerine ömür boyu mahkûm etmeyi tercih ediyor. Hem de sadece beslenmenin düzenlenmesi ve egzersizle iyileşebilecek bir hastalık olmasına rağmen!

Ne aramıştınız?



Avokado Kürü

E vitamini, C vitamini, çoklu doymamış yağ asitleri, glutatyon ve polifenolik bileşikler yönünden çok zengin olan Avokado kürü antioksidan etkisiyle size çok iyi gelecek!

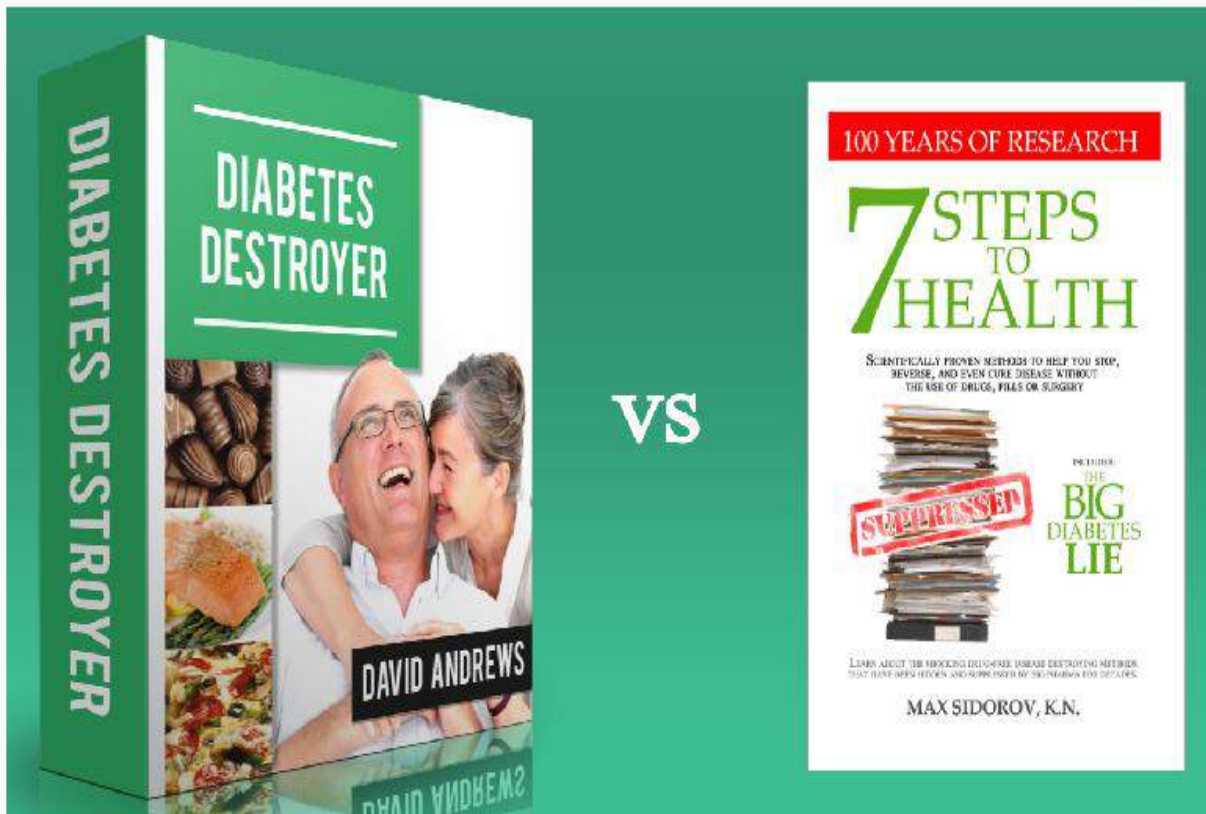
Yaygın Diyabet



DR. ÜMİT AKTAŞ'A SORUN



Big Diabetes Lie vs The Diabetes Destroyer



Here is my Max Sidorov's Seven Steps to Health and the Big Diabetes Lie versus David Andrews Diabetes Destroyer side-by-side visual comparison of these two highly trusted diabetes programs for people of all ages. I hope this will help you understand how well they compare.

Supplements

Herb mixture - Tansy, wormwood, cloves, fennel seeds, cumin seeds, thyme, knotweed

Green Superfood Powder - Add a scoop to your smoothies every day

Vitamin C - 5 grams of the regular ascorbic acid kind daily, **not** the Ester-C brand (L-Lysine and L-Proline have been found to stimulate the effects of vitamin C)

Vitamin E - 800 IU daily

Vitamin D3 - 6000 IU daily

Vitamin B12 - 1000 mcg daily

Chromium - 250 mcg daily

Vanadium - 250 mcg daily

Digestive Enzymes - Depends on brand, check bottle for guidelines

Zinc - 50 mg daily

B Complex - Depends on brand, check bottle for guidelines (minimum 50 mg daily)

Bioflavonoids including Quercetin - 150 mg daily

Borage oil - 1000mg capsules three times daily (perfect blend of omega 3 and 6, with GLA, LA, EA fats)

Iodine - 2 drops daily in a glass of water

Cinnamon - 5 grams daily, may be mixed in shakes, green smoothies, salads, sprinkled on top of fruits or taken in pill form

Daily Routine:

Morning

- Drink 500ml / 17 oz of warm water with baking soda on an empty stomach
- Have the herb mixture, with a green smoothie with a scoop of green superfood powder; take 3 grams of vitamin C, 400 IU vitamin E, 3000 IU vitamin D, B12, and 3 grams of cinnamon with the smoothie
- 1 hour later you make have a healthy breakfast, fruits, vegetables, nuts seeds, etc, and take your chromium, vanadium, and 2 grams of MSM in capsules
- You may eat as much raw fruits, vegetables, and raw nuts as you like

Lunch

- 2 grams of MSM, and 1000mg borage oil, and herb mix.
- You may have a big salad with your favourite vegetables and leafy greens, some olive/flax/hemp oil, spices, and sea salt for flavor; have your B-complex, Zinc, 3000 IU vitamin D, bioflavonoids, and digestive enzymes with the salad
- You may eat as much raw fruits, vegetables, and raw nuts as you like
- Take your two drops of iodine with a glass of water before the meal or a few hours after the meal and 3 grams of vitamin C along with it

Dinner

- You may have another herb mix, and 20 minutes laater a big salad or a green smoothie with 3000 IU vitamin D, 3 grams of vitamin C, 400 IU vitamin E, 1000mg borage oil

Snacks

- You may snack on any amount of fruits, vegetables, nuts, seeds, dried raw fruits, berries, or a combination of these throughout the day.

Prof. Dr.
Canan Elendigül Karatay



KARATAY DİYETİYLE

OBEZİTE VE DİYABETE ÇÖZÜM VAR!

HerYolun

İSTE
KARATAY
DİYETİNİ
KULLANAN
20 BİN
ADAM

— MATOFIX XR, 1000 mgr. tabl. D I B

S: 2 x 1/2 tablet. Tole.

— D-vit₃ amp ON iki amp.

S: 1 x 1 / I.M. Güne aşırı. (12) amp.

— Daha sonra Haftada Bir —

— S: 1 x 1 / I.M. YA2-KI2 DEUAML1

— Dodex, amp. D I B

S: 1 x 1 / I.M. (5) amp. Güne Aşırı.

— Daha sonra 15 günde bir.

S: 1 x 1 / I.M. YA2-KI2 DEUAML1

— Bavitis, amp. D I B

S: 1 x 1 / I.M. (5) amp. Güne Aşırı.

— Daha sonra 15 günde bir.



Ara



71 YAŞINDA, SAĞLIĞININ SIRRI NE?

02124513333

Prof. Dr. Canan Karatay'dan çok önemli açıklamalar... Hocamız canlı yayın konuğu...



Ne varsa sildi süpürdü, bugün de bombayı patlattı:

Lahmacun **en sağlıklı** yiyecektir!

Canan Karatay, Hürriyet Gazetesi'nde Ayşe Arman'a verdiği röportajda konuyla ilgili açıklamalarda bulundu.

Aşk olsun, ben unlu mamul değil, lahmacun yedim! En sağlıklı yiyecektir. Bunu da yıllardır söylemekten dilimde tüy bitti. Hem sağlıklı yağı hem sağlıklı karbonhidratı hem de sağlıklı proteini bir arada bulunduran sağlıklı bir yiyecektir. Ama Ahmet Hakan'a ve bunu anlamak istemeyenlere anlatamamışım. Valla üzülüyorum... Ama boş verin, kimin ne dediği önemli değil, siz yine de lahmacun yemeğe devam edin! Yeter ki sağlıklı üretilsin...



Ara



Sıradaki



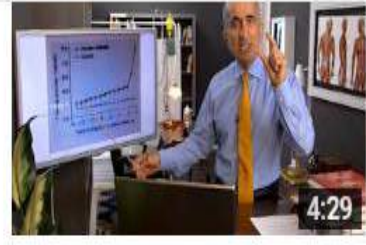


Dr. Murat Kınıkoğlu

Yumurta Şeker Hastalığı İlişkisi - Dr. Murat Kınıkoğlu Sağlıkta Doğrular



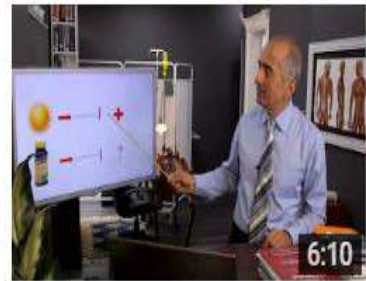
Patatesten korkmayın Dr. Murat Kınıkoğlu Sağlıkta Doğrular



olmalı - D Kınıkoğlu
Murat Kınıkoğlu
131.688 gör



Ekmeğe korkmayın Murat Kınıkoğlu
Murat Kınıkoğlu
11.824 görü



D vitamini Kınıkoğlu Doğrular
Murat Kınıkoğlu
19.613 görü



Şeker hastalığı gelen beslenme neti sağlığı

Milliyet.com.tr »

ŞEKER HASTALARI İÇİN YENİ UMUT: 'ŐEKERLİ SU'

IHA

Kütahya'nın Emet ilçesinde bulunan termal sular birçok hastalığın tedavisinde yardımcı tedavi olarak kullanılıyor. İlçede bulunan dört farklı termal su kaynağı, cilt hastalıklarından, kadın hastalıklarına kadar birçok hastalığa şifa dağıtıyor. İlçede yeni bulunan su kaynağı ise şimdi de şeker hastalarına umut ışığı oldu.

**Meyve yeme konusunda son
günlerde ciddi bir kaos oluştu.
Şeker ve fruktoz üzerine yapılan
tartışmalar, sonunda en büyük
fruktoz kaynağı meyveye dayandı**

Consumption of sugar sweetened beverages, artificially sweetened beverages, and fruit juice and incidence of type 2 diabetes: systematic review, meta-analysis, and estimation of population attributable fraction

Fumiaki Imamura,¹ Laura O'Connor,¹ Zheng Ye,¹ Jaakko Mursu,² Yasuaki Hayashino,^{3,4} Shilpa N Bhupathiraju,⁵ Nita G Forouhi¹

Results Prespecified information was extracted from 17 cohorts (38 253 cases/10 126 754 person years). Higher consumption of sugar sweetened beverages was associated with a greater incidence of type 2 diabetes, by 18% per one serving/day (95% confidence interval 9% to 28%, I^2 for heterogeneity=89%) and 13% (6% to 21%, I^2 =79%) before and after adjustment for adiposity; for artificially sweetened beverages, 25% (18% to 33%, I^2 =70%) and 8% (2% to 15%, I^2 =64%); and for fruit juice, 5% (-1% to 11%, I^2 =58%) and 7% (1% to 14%, I^2 =51%). Potential sources of heterogeneity or bias were not evident for sugar sweetened beverages. For artificially sweetened beverages, publication bias and residual confounding were indicated. For fruit juice the finding was non-significant in studies ascertaining type 2 diabetes objectively (P for heterogeneity=0.008). Under specified assumptions for population attributable fraction, of 20.9 million events of type 2 diabetes predicted to occur over 10 years in the USA (absolute event rate 11.0%), 1.8 million would be attributable to consumption of sugar sweetened beverages (population attributable fraction 8.7%, 95% confidence interval 3.9% to 12.9%); and of 2.6 million events in the UK (absolute event rate 5.8%), 79 000 would be attributable to consumption of sugar sweetened beverages (population attributable fraction 3.6%, 1.7% to 5.6%).

Conclusions Habitual consumption of sugar sweetened beverages was associated with a greater incidence of type 2 diabetes, independently of adiposity. Although artificially sweetened beverages and fruit juice also showed positive associations with incidence of type 2 diabetes, the findings were likely to involve bias. None the less, both artificially sweetened beverages and fruit juice were unlikely to be healthy alternatives to sugar sweetened beverages for the prevention of type 2 diabetes. Under assumption of causality, consumption of sugar sweetened beverages over years may be related to a substantial number of cases of new onset diabetes.

Ordu Üniversitesi (ODÜ) Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Ana Bilim Dalı Başkanı Doç. Dr. Özgür Enginyurt, yaptığı açıklamada, şeker hastalarına bal verilip verilemeyeceği yönünde çalışmalar konusunda araştırma yaptığını belirtti.

19 Ocak 2017 Perşembe Habertürk

İlaç kullanan ve tip 2 denilen diyabet hastalarını, 5 gram, 15 gram ve 25 gram bal vererek 4 ay boyunca takip ettiğini anlatan Enginyurt, "Beraberinde ilacını da kullanırken günlük 25, 15 ve 5 gram **bal verdiğimiz hastaların şeker ve kolesterollerinin, sadece ilaç kullanan hastalara göre daha iyi olduğu ve HbA1c düzeylerinin düştüğü**, sadece ilaç kullanan hastalarda ise sabit kaldığı gözlemlendi. Bu çalışmam uluslararası bir dergide kabul gördü ve yayımlandı" diye konuştu.

Balın Bileşimi (Kimyasal Yapısı):

Genel olarak balın yaklaşık % 80'i değişik şekerlerden, % 17'si sudan meydana gelir. Geri kalan % 3'lük kısım başta enzimler olmak üzere diğer değerli maddelerden oluşur.

Consumption of Honey, Sucrose, and High-Fructose Corn Syrup Produces Similar Metabolic Effects in Glucose-Tolerant and -Intolerant Individuals^{1,2}

Abstract

Background: Public health recommendations call for a reduction in added sugars; however, controversy exists over whether all nutritive sweeteners produce similar metabolic effects.

Objective: The objective was to compare the effects of the chronic consumption of 3 nutritive sweeteners [honey, sucrose, and high-fructose corn syrup containing 55% fructose (HFCS55)] on circulating glucose, insulin, lipids, and inflammatory markers; body weight; and blood pressure in individuals with normal glucose tolerance (GT) and those with impaired glucose tolerance (IGT).

Methods: In a crossover design, participants consumed daily, in random order, 50 g carbohydrate from assigned sweeteners for 2 wk with a 2- to 4-wk washout period between treatments. Participants included 28 GT and 27 IGT volunteers with a mean age of 38.9 ± 3.6 y and 52.1 ± 2.7 y, respectively, and a body mass index (in kg/m^2) of 26 ± 0.8 and 31.5 ± 1.0 , respectively. Body weight, blood pressure (BP), serum inflammatory markers, lipids, fasting glucose and insulin, and oral-glucose-tolerance tests (OGTTs) were completed pre- and post-treatment. The OGTT incremental areas under the curve (iAUCs) for glucose and insulin were determined and homeostasis model assessment of insulin resistance (HOMA-IR) scores were calculated.

Results: Body weight and serum glucose, insulin, inflammatory markers, and total and LDL-cholesterol concentrations were significantly higher in the IGT group than in the GT group at baseline. Glucose, insulin, HOMA-IR, and the OGTT iAUC for glucose or insulin did not differ by treatment, but all responses were significantly higher in the IGT group compared with the GT group. Body weight was unchanged by treatment. Systolic BP was unchanged, whereas diastolic BP was significantly lower in response to sugar intake across all treatments. An increase in high-sensitivity C-reactive protein (hsCRP) was observed in the IGT group in response to all sugars. No treatment effect was observed for interleukin 6. HDL cholesterol did not differ as a result of status or treatment. Triglyceride (TG) concentrations increased significantly from pre- to post-treatment in response to all sugars tested.

Conclusions: Daily intake of 50 g carbohydrate from honey, sucrose, or HFCS55 for 14 d resulted in similar effects on measures of glycemia, lipid metabolism, and inflammation. All 3 increased TG concentrations in both GT and IGT individuals and elevated glycemic and inflammatory responses in the latter. This trial was registered at clinicaltrials.gov as NCT01371266. *J Nutr* 2015;145:2265–72.

Diyabetiklerde Alkali Su Şifa Oluyor ?

"Bir süre önce ilaç yerine antioksidan Alkali-su ile tedavi etmeye başladığım diyabetik hastalarım arasından 15 kişi seçilerek, Tokyo Üniversitesi'ne çeşitli testler ve gözlemler yapılmak üzere götürüldü. Açıkçası bazı durumu ciddi hastalarım, bu tedavi yönteminden biraz tedirgin olmaktaydılar. Çünkü antioksidan Alkali-su verilen hastaların kan ve idrarlarındaki şeker miktarı 300 mg/l'den 2 mg/l'ye düşüyordu. Bazı hastaların bu şekilde günde 5-6 kez kan testine girdiği ve durumlarının oldukça normal olduğu gözlemlendi.Yemek sonrası testlerde de kan şekeri ve idrar oranları 100 mg/l : 0 mg/l çıktı. İdrardaki şeker tamamen yok oluyordu."

Prof. Kuwata Keijiroo -

Sole Mineral Alkali pH Damlası

Sole Mineral Alkali pH Damlası

Bugüne kadar piyasaya çok farklı isim, içerik ve fiyatlarla Alkali damla adı altında ürünler sunuldu. Alkali Damlalar , yüksek konsantre alkali solüsyon, potasyum hidroksit ile sodyum hidroksitin çok özel bir oranda karıştırılması ve mineral kristali ile desteklenmesi ile oluşmuştur. Bu solüsyonun distile su ile belirli bir oranda seyreltilmesi ile alkali damla oluşturulmuştur. Bu alkali damla alkali içme suyu oluşturmakta kullanılır.

Alkali damla suyun mevcut minerallerine dokunmaz, içindeki himalaya kristali solesi sayesinde suyu 84 mineralli yapar ve çok yüksek yoğunlukta olduğundan eklendiği suyun Ph seviyesini istenilen değere yükseltir. Yani Alkali damlamızla oluşturulan suda tüm mineraller doğal şekliyle yerli yerinde durmaktadır, artı 84 mineralle de desteklenmektedir.

Alkali sular bir ilaç olmamasına rağmen kullananların bir çok fayda sağladıkları görülmüştür. Vücuttaki asidi nötralize eder ve vücudumuzun asitlerden temizlenmesine yardımcı olur. Bunun sonucunda da bir çok kişinin sağlığında olumlu değişimler olmuştur. Herhangi bir sıvının alkali değerini yükseltmek için en çok sodyum hidroksit kullanılır. Buna rağmen insan vücudunda potasyum ve sodyumun özel bir dengesini tutmak çok önemlidir. Potasyumun uzun süreli kullanımı bu sodyum potasyum dengesinin bozulmasına neden olabilir. İşte bu amaçla sodyum hidroksit ile potasyum hidroksitin bir kombinasyonu kullanılmıştır. Tabii burada kullanılan kombinasyonda sodyum ve potasyum oranı çok önemlidir.

Sonuç olarak vücudun Sodyum-Potasyum dengesini bozmayacak özel oranda bir karışımla hazırlanıp Himalaya kristal tuzu ile 84 minerale çıkartılan Sole Mineral Alkali pH damlamız piyasanın en güvenilir Alkali damlası olarak yerini almıştır.



Şeker Hastalarına Himalaya Tuzu Şifa Oluyor

Şeker hastalığının temel nedeni; pankreas bezinin kronik su kıtlığı çekmesidir. Vücut su kıtlığı çekerse beyin; organlar arasındaki su ihtiyacını, organlardan birbirlerine hücre suyunu transfer ederek sağlamaya çalışır. Pankreas hücrelerinden alınan su diğer organ hücrelerine aktarıldığı zaman; pankreasın ihtiyaç duyduğu su vücut dışından karşılanmayınca kronik su kıtlığı başlar. Bu uzun süre devam ederse ortaya çıkan rahatsızlık şeker hastalığıdır. Şeker hastalığını yenmenin tek yolu düzenli olarak su içmektir. Bu birden bire olmaz, yavaş yavaş ve bir ay gibi bir zaman içinde düzelebilir. Fakat suyu hücre içinde tutmak ve orada enerjiye dönüştürmesini sağlamak için doğal tuza ihtiyaç vardır. Tuzlu su çözeltisi; her yemek öğününden yarım saat önce 3 damla sole damlatılmış (Himalaya tuzu) iki bardak su içilirse ve bununla birlikte günde ortalama 2–3 litre soleli (himalaya tuzu) su içmek alışkanlık haline getirilirse birkaç ay içerisinde sorunun kendi doğallığı içerisinde çözülmesine yardımcı olacaktır



**YERLİ
HİMALAYA
TUZU GELDİ.**

ŞEKER HASTALARINA MÜJDE

Diabet, kandaki şeker seviyesi ile ilgili bir hastalıktır ve iki çeşit diabet vardır. Tip 1 diabet insülin üretimindeki azlığa bağlıdır. Tip 2 diabet ise genellikle yetişkinlerde görülen ve insülin direncine bağlı diabetir (genellikle obezite, zayıf beslenme ve eksersiz eksikliği ile ilgilidir). Diabette mücadele insülin veya diğer ilaçlar ile yapılmaktadır ki bunların ciddi yan etkileri vardır. **Kırmızı Reishinin** kan şekerini düşürücü etkisi vardır ve Tip 2 diabette glikoz seviyelerini , herhangi bir yan etki göstermeden, düzenlemeye yardımcı olur. Yapılan testlerde, bilinen insülin tedavilerine eşdeğer etkiler gözlenmiştir.

Ayrıca Kırmızı Reishinin kan dolaşımında sağladığı düzelmeye diabetle mücadelede çok etkin rol oynar.

Diabet hastalarında görülebilen iyileşmeyen yaralar da, Reishi sayesinde kanda taşınan oksijenin artması sonucunda , hızlı bir iyileşme göstermektedir

ŞEKER HASTALIĞINDA ALOE VERA İÇECEĞİ ŞİFA OLUYOR

Hormone Research dergisinde yayınlanan bir araştırmaya göre insüline bağlı olmayan şeker hastalığı olan yetişkinlerde **günlük yarım çay bardağı kadar 14 hafta boyunca kullanılan aloe vera jel kan şekeri seviyesinde ortalama yüzde 45 gibi bir düşüşe sebep oldu.** İçinde enzimler, aminoasit ve glucomannan isimli şekerden de barındırır.

Glukoz ve mannozdan oluşan uzun zincirli bir polisakkarit olan glucomannan, enfeksiyon önleyici ve antiviral özellikleriyle bilinmektedir. Araştırmacılar bu bileşenin virüslerin kendini kopyalama sürecinde bir değişime sebep olduğunu ve hastalıkların gelişimini olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir.

Mannoz kan damarlarını açıp kanın akışına yardım ederken; glucomannan kan şekerinin doğru seviyede kalmasını sağlamaktadır. (2)

Aloe vera ve Sindirim Sistemi Problemleri – Ülserler, Mide Ekşimesi, Reflü vb.

Aloe vera suyunun kullanılması yemek borusunun tahrişini önler ve genel olarak asit reflüsünü engelleyen faktörler arasındadır. Avrupa'da aloe vera sırf bu özelliği yüzünden bolca kullanılmaktadır.

Eğer mide ülseri, reflü veya mide ekşimesi gibi sorunlarınız varsa yemeklerden 20 dakika önce çeyrek ya da yarım su bardağı aloe vera suyu içmelisiniz.

Şeker Hastalığında Polen Kullanımı

Sayısız ŞEKER HASTASI polen kürü yapıyor.

Örneğin, Lyon'dan Bayan B. son devrede ileri bir şeker hastası (diabetik) idi. İdrarının litresinde 48 gram şeker ölçüldü. Çeşitli ilaçlar kullanmasına rağmen iyileşme ümidini yitiriyordu. **Günde 3 gram polen yiyerek 15 günlük kür yaptı. İlk kürün sonunda..... idrardan dışarı atılan şeker %87 düştü.**

Yenilenen kürler sonunda şeker, litrede 1 grama indi ve kol, bacak ve bel ÖDEM'leri (ŞİŞLİKLER) ile, Anjindö Puatrini (KALP YETMEZLİĞİ) daha iyi olduğu görüldü." Fransa Tarım Akademisi - Dr. Alain Caillas (Polen araştırmaları ile ödül kazanmış)

'70 MİLYON ATI BULMAK KOLAY MI?'

Bütün tahılların promod edildiğini belirten Prof. Dr. Canan Karatay, "Endüstriyel işlem görmüş tahıllar tehlikelidir. Bir örnek vereyim. Yulaf sağlıklıdır; ben çocukken yulaf atlara verilirdi. Şimdi o yulafı aldılar, alladılar pulladılar pakete koydular. Lezzetli ve sağlıklı diye satıyorlar. Tabii 70 milyon atı bulmak kolay mı? Yulaf diyetlerinin sağlıklı olduğunu da daha bugüne kadar kimse göstermemiştir." dedi.


Abstract
Free full text
Full text

PubMed Commons
Reader comments
Trending articles

Publication dates
5 years
10 years
Custom range...

Species
Humans
Other Animals

[Clear all](#)
[Show additional filters](#)

 terms.
[Try it Now](#)

Search results

Items: 1 to 20 of 132

<< First < Prev Page 1 of 7 Next > Last >>

- [Impact of hydrothermal and mechanical processing on dissolution kinetics and rheology of oat β-glucan.](#)
 1. [glucan.](#)
 Grundy MM, Quint J, Rieder A, Ballance S, Dreiss CA, Butterworth PJ, Ellis PR.
 Carbohydr Polym. 2017 Jun 15;166:387-397. doi: 10.1016/j.carbpol.2017.02.077. Epub 2017 Feb 22.
 PMID: 28385246 **Free Article**
[Similar articles](#)
- [Effects of 3 g of soluble fiber from oats on lipid levels of Asian Indians - a randomized controlled parallel arm study.](#)
 2. [parallel arm study.](#)
 Gulati S, Misra A, Pandey RM.
 Lipids Health Dis. 2017 Apr 4;16(1):71. doi: 10.1186/s12944-017-0460-3.
 PMID: 28376899 **Free PMC Article**
[Similar articles](#)
- [Salba-chia \(Salvia hispanica L.\) in the treatment of overweight and obese patients with type 2 diabetes: A double-blind randomized controlled trial.](#)
 3. [diabetes: A double-blind randomized controlled trial.](#)
 Vuksan V, Jenkins AL, Brissette C, Choleva L, Jovanovski E, Gibbs AL, Bazinet RP, Au-Yeung F, Zurbau A, Ho HV, Duvnjak L, Sievenpiper JL, Josse RG, Hanna A.
 Nutr Metab Cardiovasc Dis. 2017 Feb;27(2):138-146. doi: 10.1016/j.numecd.2016.11.124. Epub 2016 Dec 9.
 PMID: 28089080
[Similar articles](#)
- [The impact of oat \(Avena sativa\) consumption on biomarkers of renal function in patients with chronic kidney disease: A parallel randomized clinical trial.](#)
 4. [chronic kidney disease: A parallel randomized clinical trial.](#)
 Rouhani MH, Mortazavi Najafabadi M, Surkan PJ, Esmailzadeh A, Feizi A, Azadbakht L.
 Clin Nutr. 2016 Dec 2. pii: S0261-5614(16)31339-5. doi: 10.1016/j.clnu.2016.11.022. [Epub ahead of print]
 PMID: 28003041
[Similar articles](#)

Find items

Search details

oat[All Fields] AND ("diabetes mellitus"[MeSH Terms] OR ("diabetes" [All Fields] AND "mellitus"[All Fields]) OR "diabetes mellitus"[All Fields] OR "diabetes"[All Fields] OR

Search

See more...

Recent Activity

[Turn Off](#) [Clear](#)

-  Oats and CVD risk markers: a systematic literature review. PubMed
-  beneficial effects of oat and diabetes (11) PubMed
-  oat and diabetes (132) PubMed
-  Similar articles for PubMed (Select 27618090) (113) PubMed
-  Short- and Long-Term Effects of Wholegrain Oat Intake on Weight Management ar PubMed

See more...

[Nutrients](#). 2015 Dec 10;7(12):10369-87. doi: 10.3390/nu7125536.

The Metabolic Effects of Oats Intake in Patients with Type 2 Diabetes: A Systematic Review and Meta-Analysis.

[Hou Q](#)¹, [Li Y](#)², [Li L](#)³, [Cheng G](#)⁴, [Sun X](#)⁵, [Li S](#)⁶, [Tian H](#)⁷.

Author information

Abstract

The present study aimed to comprehensively assess if oats intake is beneficial for diabetic patients. The literature search was conducted in PubMed database up to 23 August 2015. Fourteen controlled trials and two uncontrolled observational studies were included. Compared with the controls, oats intake significantly reduced the concentrations of glycosylated hemoglobin A1c (HbA1c) (MD, -0.42%; 95% CI, -0.61% to -0.23%), fasting blood glucose (FBG) (MD, -0.39 mmol/L; 95% CI, -0.58 to -0.19 mmol/L), total cholesterol (TC) (MD, -0.49 mmol/L; 95% CI, -0.86 to -0.12 mmol/L), low-density lipoprotein cholesterol (LDL-C) (MD, -0.29 mmol/L; 95% CI, -0.48 to -0.09 mmol/L). Oatmeal significantly reduced the acute postprandial glucose and insulin responses compared with the control meal. The present study has revealed a **beneficial effect of oats intake on glucose control and lipid profiles in type 2 diabetic patients.**

Whole-grain and blood lipid changes in apparently healthy adults: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled studies.

[Hollænder PL](#)¹, [Ross AB](#)², [Kristensen M](#)³.

Author information

Abstract

BACKGROUND:

Whole grains are recognized for their potential role in preventing cardiovascular diseases; however, results from randomized controlled studies on blood lipids are inconsistent, potentially because of compositional differences between individual grain types for some nutrients, including dietary fiber.

OBJECTIVE:

Using a meta-analytic approach, we assessed the effect of whole-grain compared with non-whole-grain foods on changes in total cholesterol (TC), LDL cholesterol, HDL cholesterol, and triglycerides.

DESIGN:

We conducted a systematic literature search in selected databases. Studies were included if they were randomized controlled comparisons between whole-grain foods and a non-whole-grain control in adults. A total of 6069 articles were screened for eligibility, and data were extracted from 24 studies. Weighted mean differences were calculated, and meta-regression analyses were performed for whole-grain dose, study duration, and baseline TC concentration.

RESULTS:

Overall, whole-grain intake lowered LDL cholesterol (weighted difference: -0.09 mmol/L; 95% CI: -0.15, -0.03 mmol/L; $P < 0.01$) and TC (weighted difference: -0.12 mmol/L; 95% CI: -0.19, -0.05 mmol/L; $P < 0.001$) compared with the control. Whole-grain oat had the greatest effect on TC (weighted difference: -0.17 mmol/L; 95% CI: -0.10, -0.25 mmol/L; $P < 0.001$). No effect of whole-grain foods on HDL cholesterol was seen, whereas whole-grain foods tended to lower triglycerides compared with the control (weighted difference: -0.04 mmol/L; 95% CI: -0.08, 0.01; $P = 0.10$). No association was found between whole-grain dose or baseline TC concentration and any of the outcomes, whereas study duration was positively associated with changes in TC and LDL cholesterol.

CONCLUSIONS:

Consumption of whole-grain diets lowers LDL cholesterol and TC, but not HDL cholesterol or triglycerides, compared with consumption of non-whole-grain control diets. **Whole-grain oat appears to be the most effective whole grain for lowering cholesterol.**

Karatay'dan gebelikte Şeker testi aıklaması

Defalarca test yapılıyor

“Yeni dođmuŐ bir bebeğe Şeker verilmesinin zararlı olduğu biliniyor. Peki o zaman anne karnındaki bebeğe neden bir anda o kadar Şeker veriliyor? Bir yetiŐkin insan bile 100 gram sıvı Şekeri birden alamaz. Test gebelere defalarca yapılıyor. Bir kerede anneye yüklenen 100 gram Şekerin plasentayı ve bebeği bozduğu biliniyor. **Bizim ülkede bazı anne adaylarını 4 kere, 10 kere yapılıyor. Bir kiŐiye 9 kere yapıldığını biliyorum.** Bu sağlıksız uygulama yerine gebelerin kan Şekeri ve kan yağları ölçülüp ona göre beslenme programı hazırlanmalıdır. Şeker yüklemesi güvenilir bir test olmadığı için ilk uygulamada zararları ortaya ıkmayabiliyor. Ben kaç defa uygulandığına, ne kadar zarar verir bilemem. Ben kesinlikle yapılmasını istemiyorum. Doğal karbonhidratın kullanılmasını öneriyorum.”

a tv
health



HAMİLELERE BU KADAR SEKER VER

02a1



Kola: kutu kola 39 gr; 1 lt: 108 gr



Mango&Limon: 590 ml'de 70 gr



Limonlu Ice Tea: 72 gr

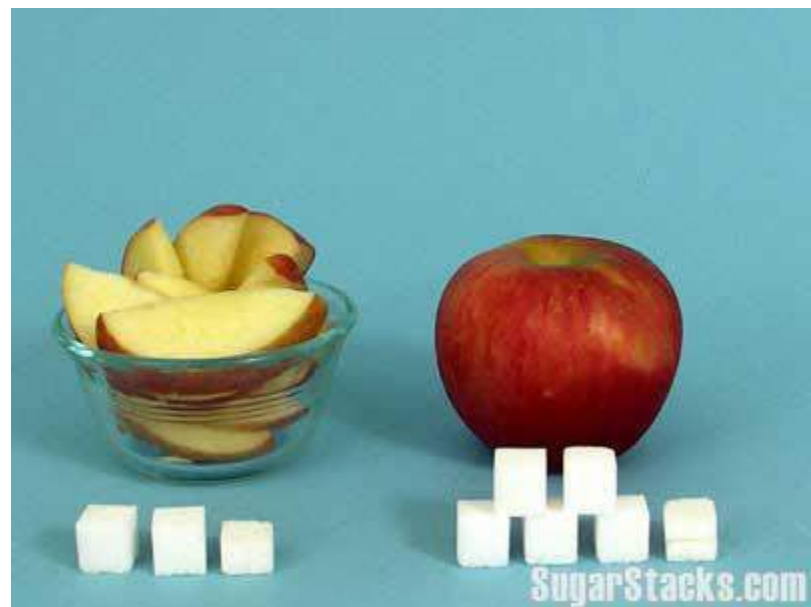
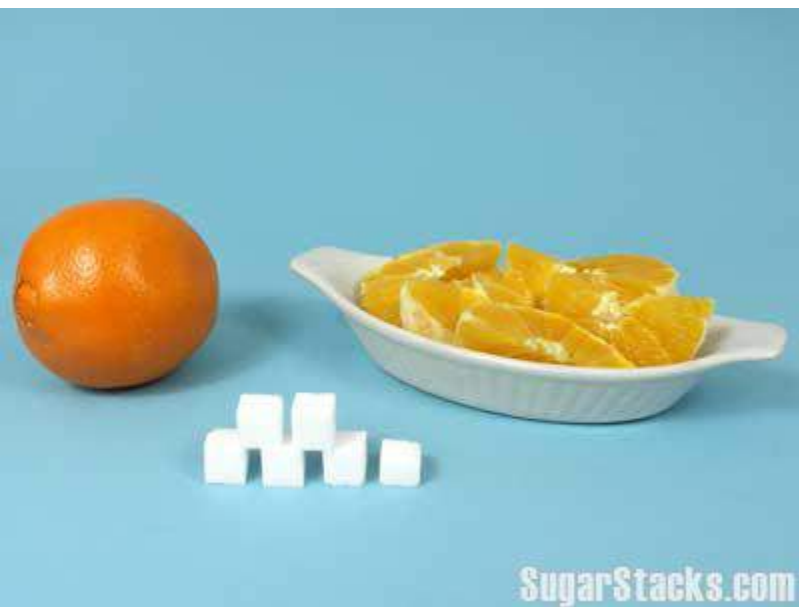
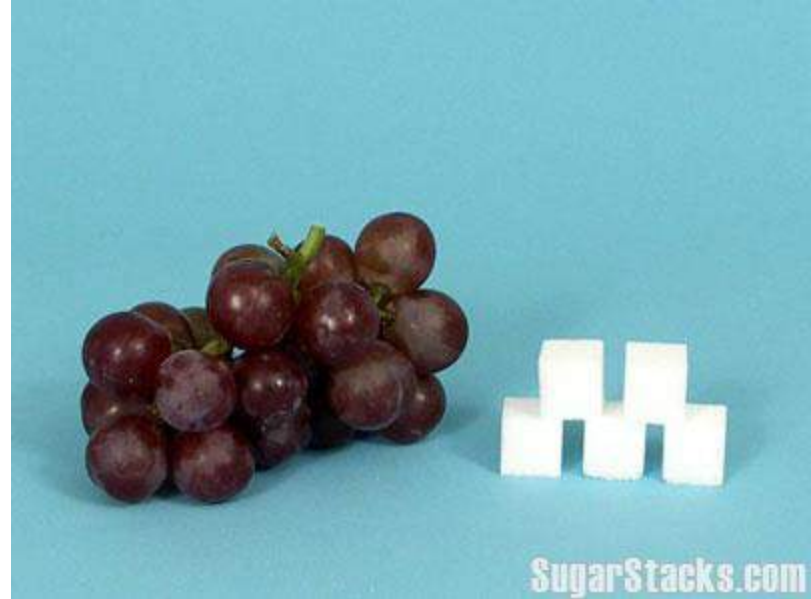


Limonata: 67 gr



Çukolatalı süt: 450 ml'de 58 gr







Mocha Frappuccino



Chocolate shake



Sağlıklı smoothie



ASTİM	▶
BAĞIRSAK MİKROBİYOTASI	▶
BELİRTİLER	▶
BESİN DESTEKLERİ	▶
BESLENME	▶
BİSFENOL A = BPA	▶
CERRAHİ	▶
ÇEŞİTLİ AKCİĞER HASTALIKLARI	▶
ÇÖLYAK GLUTEN	▶
DOMUZ GRİBİ	▶
ENFEKSİYONLAR	▶
GDO	▶
GENETİK	▶
GRİP	▶
HAVALAR	▶
İSTANBUL BRONŞİTİ	▶
KANSER	▶
KANSER TARAMALARI	▶
KIŞ HASTALIKLARI	▶
KOAH	▶

Değerli beslenme bülteni izleyicileri, Bildiğiniz gibi son yıllarda ülkemizde Taş Devri Diyeti ve Karatay gibi düşük-karbonhidrath diyetleri uygulayanların sayısı artıyor. Ama piyasaya yüksek karbonhidrath, düşük yağ diyet savunucuları hâkim. Bunlar, işe yaramayan kendi diyetlerinin başarısızlıklarını arayacaklarına düşük-karbonhidrath diyetlere şiddetle karşı çıkarak bu diyetlerin çok zararlı olduğunu iddia etmeye başladılar. Taş devri diyetine yapılan eleştirilere ‘Taş devri diyeti’ kitabında ve beslenme bülteninde bilimsel referansları ile cevap vermiştik. Bültenimizin bu sayısında Prof. Dr. Canan Karatay’ın, kardioloji uzmanı Dr. Murat Kınikoğlu’nun karatay diyeti’ne karşı yaptığı eleştirilere cevaplarını okuyacaksınız. Bu yazı 21 ve 22 Kasım 2011 tarihlerinde **Hürriyet Gazetesi Kelebek** ekinde **Prof. Dr. Osman Müftüoğlu**’nun köşesinde yayınlanmıştır. **Karatay Diyeti’ne Karşı Yapılan Eleştiriler ve Cevapları** Bu köşede iki gün üst üste Dr. Murat Kınikoğlu’nun Karatay Diyeti ile ilgili eleştirileri yer aldı. Belki akademik alandan uzak olması, belki dünya literatürünü yakından takip etmemesi, belki hücresel ve nano tıp alanındaki yeni gelişmelerden bihaber olması nedeniyle Sayın Kınikoğlu’nun söyledikleri ve savundukları ‘eski’ kahyor. Verdiği bilgilerin çoğu geçerliliğini yitirmiştir. Hem kendisini ama daha önemlisi halkımızı doğru bilgilendirmek, dünyada beslenme-kardioloji ilişkisinin nereye gittiğini gözler önüne sermek için aşağıdaki sorulara-eleştirilere tek tek yanıt veriyorum. Bu yanıtların tamamını hiç kesintiye uğratmadan köşesinde yayımlayarak insanların bilimsel gerçekleri öğrenmesine vesile olan Sayın **Prof. Osman Müftüoğlu**’na da ayrıca teşekkür ediyorum. İşte Kınikoğlu’nun eleştirileri ve benim verdiğim yanıtlar. 1. **“Karatay Diyeti kısa vadede kilo verdirdiği için yüz güldürür. Ama...” CEVAP:** Bu cümle Kınikoğlu’nun en masum eleştirisi ama maalesef bu da doğru değil! Çünkü **Karatay Diyeti bir diyet kitabı değildir! Kısa vadede kilo verdirmez! (Diyet terimi ülkemizde ve bütün Dünya’da genellikle zayıflama olarak algılanmaktadır. Aşırı sağlıklı beslenme rejimidir. Zayıf bir kişinin kilo almasını sağlayan beslenme rejimleri de bir diyetdir.)** Böyle bir iddiada bulunmaz ki bu konu kitapta önemle vurgulanmaktadır! Sağlıklı beslenme ve sağlıklı bir yaşam biçimi edinme önerilerini açıklayan bir kitaptır. İnsülin direncinin ne olduğunu, nasıl geliştiğini, neden sağlıklı olduğunu, hangi kronik ve dejeneratif hastahkların temel nedeni olduğunu bilimsel verilere dayanarak halkımıza açıklamaktadır. ‘İnsülin direnci’ nin neden olduğu hastahklara artık dejeneratif kronik hastahklar denildiği ve bu hastahkların önenebilir olduğu bilgisini halkımıza ulaştırmak için kaleme alınmıştır. Bu nedenlerle de, beni gören veya görmeyen insanlar Karatay Diyeti kitabını alıp, okuyup, uygulayarak daha sağlıklı, enerjik ve mutlu olduğunu Sayın Müftüoğlu’nun deyiimiyle sosyal medya yolu ile paylaşmakta ve memnuniyetlerini toplumla paylaşmaktadırlar. Hikâyelerini her yerde anlatmakta ve kitapta yayınlanmasına izin vererek herkesle paylaşmaktadırlar. Sağ olsunlar... Bütün dünyada olduğu gibi ülkemizde de sağık sorunlarının başında aşırı şişmanlık ve obezite gelmektedir. Bu sorunların ilk etapta sebep olduğu hastahklar ise karaciğer ve pankreas yağlanmasıdır. Tip-2 diyabet, hipertansiyon, kalp krizi, felç, inme, Alzheimer, erken bunama, kronik artritler, bel ağrıları, fibromiyosit, polikistik meme hastalığı, erken adet görme, polikistik over sendromu ve birçok kanser hastahklarını bu bağlamda listeleyebiliriz. İleri yaşlarda ortaya çıkmaları nedeniyle dejeneratif hastahklar dediğimiz bu hastahkların yanı sıra, aşırı şişmanlık ülkemizde son yıllarda çocuk ve gençlerde de görülmektedir. Ayrıca ergenlik çağındaki erkek çocuklarda erken yaşta başlayan göbek yağlanması ve memelerde büyüme de maalesef sıklıkla rastlanan, olağan bir olgu haline gelmiştir. ‘Nano-tıp’ın sağladığı bilimsel veriler, yukarıda saydığımız bu hastahkların genetik olmadığını; sağlıklı beslenme ve yaşam biçimi değişiklikleri ile özellikle karaciğer ve pankreas yağlanmasının önü alındığı zaman, dejeneratif denilen bu hastahkların önenebilir olduğunu bizlere göstermiştir. 50 yılını sağık alanında gecirmiş bir hekim olarak, bu

ZULME SES ÇIKARMAYAN DİLSİZ ŞEYTANDIR

Yayınlanma tarihi: **11 Mart 2015**

Prof. Dr. Alişan Yıldırım' in yazısı: Zulme ses çıkarmayan dilsiz şeytandır. Eski bir yenidoğancı ve fetomaternal immünoloji ile uğraşan birisi olarak muhterem Prof. Dr. Canan Efendizil Karatay'a yapılan haksızlığa sessiz kalamam (1). 1. Tıpta pek çok kavramın daha sonra, daha farklı ifade edildiğini (örnek; Billroth ameliyatlarını hatırlayan kaldı mı?), 2. Kıdemli ve değerli bir hocanın tecrübe ve fikirlerine değer verilmesi gerektiğini, 3. Akli başında insanlara fikirleri sebebi ile deli denilmesinin, hattâ suçlanmasının en azından nezaketsizlik olduğunu, 4. **American Diabetes Association (ADA)'nın diabet tanım kriterlerinde OGTT'nin olmadığını**, 5. ADA ve diğer kurumların gebeliğin 24-28. haftasında OGTT'nin yapılmasını önerdiğini, önermenin ise mutlak gereklilik olmadığını, 6. 75 gr glikozun 30 adet küp şeker demek olduğunu ve plasenta vasıtası ile doğrudan yaklaşık 600 g'lık fetüse çok kısa bir süre içinde geçtiği ve çok hızlı bir insülin cevabı oluşturduğunu, bunun akut ve kronik etkilerinin henüz bilinmediğini, 7. 75 g glikozun 600 g'lık fetüsün ağırlığının sekizde biri ettiğini; 80 kiloluk bir kişinin 10 kg şekeri iki saat içinde yemesi ile eşdeğer olduğunu, 8. Glikozun ana gıda olmadığını, bundan 150 sene öncesine kadar bilinmediğini hatırlatmak isterim.

Fizyopatolojiyi kısaca hatırlatacak olursak; anne ve fetüs glukoz seviyeleri arasında doğrusal bir ilişki vardır, yani anne kan şekeri arttıkça fetüs kan şekeri de artar (1). Fakat anne kan şekeri fetüse hemen hemen doğrudan geçerken, maternal insülin ise kesinlikle geçmez (2). Bu geçiş öncelikle kolaylaştırılmış difüzyon ve gerekli ise aktif transport ile gerçekleşir. Glikozun bir kısmını plasenta kullanır ve laktata dönüştürür (3). Yirmidört haftalık bir fetüsün takriben 600 g olduğu, 50 cc civarında dolaşan kan hacmi olduğu (80 cc/kg), normal kan şekeri seviyesinin 30-50 mg/dl (takribî, desilitreyi mililitreye siz çeviriniz), bunun da fetüsün 50 cc'lik total kan hacmi göz önüne alındığında; a) 75 g glikozun yarısının bile fetal dolaşıma geçtiğinde fetal dolaşım viskozitesinin normalin kaç katına çıkaracağını, b) bu glikozun hücre içine sokulabilmesi için gereken insülinin fetüsde iki saatte üretilmesi mümkün olmayacağına göre hayati endotelial dokularda glikozilasyona yol açacağını düşünmek zor değildir. Bu sebeple, günde iki defa annenin parmak ucundan kan şekeri bakmak ve HbA1c seviyesi ile teşhis konulabilecek iken

OGTT ile teşhis koymaya çalışmanın pek mantıklı olmadığı, ülkemizde perinatoloji yan dalının geliştirilmesi gerektiği kanaatindeyim. **Kaynaklar:** (1) <http://www.medimagazin.com.tr/hekim/tibbi-uygulamalar/tr-gebelikte-ogtt-yapilmali-mi-2-19-63640.html> (yorum)

(2) https://books.google.com.tr/books?id=RNLsAwAAQBAJ&pg=PA575&lpg=PA575&dq=fetal+blood+glucose+level+physiology&source=bl&ots=G8krSk-D8W&sig=-n8-g2JyOQu_atG6DKbrYxdp-TY&hl=tr&sa=X&ei=IZ6hVJeeOIXwaPnygfAO&ved=0CEgQ6AEwBA#v=onepage&q=fetal%20blood%20glucose%20level%20physiology&f=false

(3) pubmed PMID: 20150774 (4) pubmed PMID: 12963518

<http://ahmetrasimkucukusta.com/2015/03/11/misafir-yazar/zulme-ses-cikarmayan-dilsiz-seytandir/>

Screening is recommended at 24-48 weeks in women who were not previously diagnosed with overt diabetes

One-step diagnosis strategy

- Perform 75-g OGTT with plasma glucose measurement
- Test in the morning after the patient has fasted for ≥ 8 hours
- Repeat test at 1 and 2 hours after initial measurement

- Diagnosis is confirmed when PG levels meet or exceed:Fasting 92 mg/dL (5.1 mmol/L)
- 1 hr: 180 mg/dL (10.0 mmol/L)
- 2 hr: 153 mg/dL (8.5 mmol/L)

Two-step diagnosis strategy

- Step 1:Perform a 50-g nonfasting GLT with plasma measurement at 1 hour
- If PG measured 1 hour after the load is ≥ 140 mg/dL (7.8 mmol/L), proceed to 100-g OGTT

- Step 2:Perform 100-g OGTT while patient is fasting
- Diagnosis is confirmed when two or more PG levels meet or exceed:Fasting: 95 mg/dL or 105 mg/dL (5.3/5.8)
- 1 hr: 180 mg/dL or 190 mg/dL (10.0/10.6)
- 2 hr: 155 mg/dL or 165 mg/dL (8.6/9.2)
- 3 hr: 140 mg/dL or 145 mg/dL (7.8/8.0)

Canan Karatay Obezite ve Diyabeti gündemden düşürdü Asabi anlatımıyla ve tıp camiasına aykırı görüşleriyle gündem olan Prof Canan Karatay'a büyük suçlama. 25 Ekim 2015 Pazar 22:40

Kaynak //<http://www.gazete2023.com/saglik/canan-karatay-obezite-ve-diyabeti-gundemden-dusurdu-h44690.html>

Karatay hazır gıda endüstrisinin adamı mı? Prof Dr Canan Karatay'a meslekdaşından şok suçlama... "Bu bence bir algı operasyonudur" Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta;" kongredeki bilim adamlarına adeta yukarıdan bakan **Canan Karatay, başımıza bir "gebelikte şeker testi" çıkardı** ve dünyanın bir numaralı sağlık problemi obezite ve diyabeti gündemden düşürdü" dedi.... Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta son yazısında , **Canan Karatay'ı yalanlama kongresi yapılmalıdır**" diyerek "EndoBridge 2015Kongresi'ne giden ve orada uzmanlardan görüş aldığı alan Mesude Erşan'ın da Canan Karatay'ın işbirlikçisi olabileceğini ima ederek;"Böyle büyük bir kongreden "Gebelikle şeker testi şart" başlıklı bir haber çıkarmak şapkadan tavşan çıkarmaktan farksızdır" ifadesini kullandı.

Kaynak //<http://www.gazete2023.com/saglik/canan-karatay-obezite-ve-diyabeti-gundemden-dusurdu-h44690.html>



Çeşit Çeşit Boneler

Dolandırıcılara kaptırdığı 110 bin TL'sini İstanbul Asayiş Şube Müdürlüğü ekiplerinin düzenlendiği operasyonla kurtaran kardiyoloji uzmanı **Prof. Dr. Canan Karatay'ın**, "Adeta hipnotize oldum, ne söyledilerse yaptım" yönündeki açıklamasına meslektaşından farklı bir tepki geldi.

Marmara Üniversitesi Beslenme ve Diyetetik Bölüm Başkan **Prof. Dr. Funda Elmacıoğlu**, "Onun adı Hipnoz değil Hipoglisemi" dedi.

Fundacıoğlu, şunları söyledi: "Canan Karatay, 'Ekmek yemeyin, bal yemeyin, pekmez yemeyin, reçel yemeyin, şeker zehirdir' mesajlarıyla insanların sabah beynini çalıştıran yeğane enerji kaynağını yasaklıyordu. Muhtemelen Karatay, enerji kaynağı glikozdan kendisi de yoksun kaldı. Dolandırıcılar Sayın Karatay'ı sabah erken saatlerinde arıyorlar. Onları kınıyorum ama bu dolandırıcılığı yapan insanlar galiba açlık tokluk mekanizmasını iyi biliyorlar ki sabahın erken saatini seçtiler. Sayın Karatay, 'Hipnotize olmuş gibiydim' diyor. Hipnoz değil, Hipoglisemini dibe vurmuş. Bu bir Hipoglisemik davranış modeli. Ne ruhsal olarak iyilik hali var ne de zihinsel performansı. Ekmeğinin, peynirinin, yumurtanın yanına 2 kaşık bal veya pekmez alsaydı o zaman ipnotize olmazdı."

Karatay'ın kahvaltı önerisini eleştiren Prof. Dr. Elmacıoğlu, "Akşam yemeğinden 8-12 saat sonra aç kalan vücudun ilk enerji gereksinimini kahvaltı karşılar. Eğer bu kahvaltı doğru yapılmaz Karatay'ın dediği gibi, ekmeğiz 2 tatlı kaşığı balsız

kullanılabilir
20.04.2018
Şanlıurfa'da
20.04.2018
artıyor

16. Ulusal Doğal Aile Ko...
1. Doğu...
11-14 Mayıs

- 1) Hekim...
varlığında
- 2) İl Sağlık...
- 3) Recep...

ACİL

2 YIL ÖNCE "GİZLİ ŞEKERİN VAR"
DEMİŞSİNİZ. GİZLİ DİYE KİMSEYE
SÖYLEMEMİŞ, SONUNDA DİYABET
OLUP KOMAYA GİRMİŞ MANYAK!..

İĞNEYLE
KONUŞTURDULAR
BENİ TOKTOR. KİMSEYE
ÖTMEDİM BEN!..



Tolga Üstün