

Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren



Volkskrankheit Diabetes

Leben ohne Diabetes: Mit der richtigen Ernährung, Bewegung und Vitalstoffen 3

Selbsttest

In 10 Jahren Diabetiker? So hoch ist Ihr Risiko 8

Wirksam vorbeugen

So senken Sie Ihr persönliches Diabetes-Risiko um bis zu 80 % . . 10

Therapie im Wandel

Umdenken ist nötig: Warum Insulin für Diabetiker gefährlich sein kann . . . 14

Ernährung bei Diabetes

Mehr Linsen, weniger Kartoffeln: Diese Ernährungstipps heilen Diabetes . . . 18

Vitalstoffe gegen hohen Blutzucker

Nutzen Sie Chrom, Zink und Vitamin D als Booster für Ihr eigenes Insulin 21