

## Mit Diabetes leben – eine wahre Geschichte

„Mit 66 Jahren da fängt das Leben an ...“, erinnern Sie sich noch an den Schlager von Udo Jürgens? Man könnte meinen, dieses Lied ist für Hermann Penker geschrieben. Der mittlerweile 67-jährige Pensionär leidet seit 30 Jahren an Diabetes, wohl ausgelöst durch eine Entzündung in der Bauchspeicheldrüse, die seine insulinproduzierenden Zellen geschädigt hat. Vieles hat der pensionierte Lehrer im Laufe dieser Zeit probiert, sowohl aus der klassischen wie auch aus der Erfahrungsmedizin, aber nichts davon hatte ihn wirklich überzeugt.

Und dann fand er zufällig im Internet, als er mal wieder durch die Diabetes-Foren im Netz surfte, einen Hinweis auf eine Pflanze, der wahre Wunder versprach. Dort hieß es, mit dem Extrakt dieser Pflanze soll man auf natürlichem Wege seinen Blutzuckerhaushalt regulieren können. „Sollte dies möglich sein“, fragte er sich und suchte im Internet weiter nach einem Mittel, das den Wirkstoff dieser Pflanze enthält.

Und er wurde fündig, denn es gibt mittlerweile Präparate auf dem Markt, die Asclepiadacaesäure, den Wirkstoff dieser Pflanze, in reinsten Form beinhalten. Asclepiadacaesäure wird aus der Gymna, einer in Indien im Bundesaat Tamil

Nadu vorkommenden Pflanze, gewonnen und bereits seit Jahrtausenden bei der Behandlung von Diabetes von ayurvedischen Ärzten geschätzt und angewandt.

Was aber macht diese Pflanze so besonders, dass internationale Studien belegen, dass die Asclepiadacaesäure in der Gymna wohl die einzigarti-



ge Fähigkeit besitzt, zerstörte insulinproduzierende Zellen wieder zu beleben bzw. zu erneuern? Wie kann es sein, dass sie den Blutzuckerspiegel regulieren und die körpereigene Insulinproduktion anregen kann?

Die Antwort auf diese Fragen findet sich in Jahrtausende alten Schriften der alten Inder, denn dort wird das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele beschrieben. Nur wenn alle Elemente des Menschen sich im Einklang befinden, ist der Mensch gesund. Wenn eines dieser Elemente, die alten Inder nennen diese „Doshas“, nicht in Balance zu den anderen steht, kommt es zu Unwohlsein, Unzufriedenheit

oder schlimmstenfalls zu einer Krankheit. Die alten Lateiner, die von der ayurvedischen Lehre, um die es hier geht, genauso beeinflusst wurden, wie die mitteleuropäischen Pflanzenheilkundler, formulierten diese Erkenntnis in dem allseits bekannten Satz: „Mens sana in corpore sano“, was übersetzt heißt: Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper.

So ist es nur verständlich, dass in der heutigen Wissenschaft und Medizin immer mehr auf die Erkenntnisse der teilweise Jahrtausende alten Erfahrungsmedizin zurückgegriffen wird. Ist sie doch viel mehr, als nur das „Zusammenmischen“ von Kräutern und Tees, die das Wohlbefinden steigern sollen. Jeder Diabetiker weiß, dass wenn er sich viel körperlich betätigt, Stress vermeidet und auf eine ausgewogene Ernährung achtet, er mit seiner Erkrankung wesentlich besser leben kann. Nichts anderes wird schon vor 5.000 Jahren in der ayurvedischen Lehre empfohlen.

„Meine Blutzuckerwerte befinden sich immer im „grünen Bereich“, wenn ich vor den Mahlzeiten mein Naturprodukt einnehme und mein Fitnessprogramm mit Spazieren gehen und Radfahren einhalte“, berichtet Hermann Penker freudestrahlend.

Doch lässt er es sich nicht nehmen, noch eine persönliche Erfahrung zu berichten.

Im letzten Jahr musste er wegen einer Operation ins Krankenhaus und durfte einige Tage keine Medikamente oder sonstigen Mittel zu sich nehmen. Nachdem er soweit genesen war, dass er wieder regelmäßig essen konnte, so erzählt er, schnellten seine Blutzuckerwerte sofort auf einen Wert jenseits der 170 mg/dl. Daraufhin sagte man ihm, er solle doch wieder anfangen, seine Präparate einzunehmen. Schon nach der nächsten Mahlzeit waren dank der Wirkung der Asclepiadacaesäure seine Blutzuckerwerte wieder im Bereich von 100 mg/dl – 120 mg/dl. Als ihn der behandelnde Arzt fragte, welche Mittel er denn einnehmen würde, zeigte er stolz sein Naturprodukt. Der Arzt antwortete nur: „Wenn Sie mit dem Mittel Ihren Blutzuckerspiegel regulieren können, dann können Sie kein Diabetiker sein.“

„Tja, so sind sie manchmal unsere Ärzte“, sagt Penker lächelnd, denn bekanntlich gilt: „Mit 66 Jahren, da fängt das Leben an, mit 66 Jahren da hat man Spaß daran“ und Hermann Penker, der nun mit seinen 2 Enkeln spielen geht, ist, wohl auch dank der Gymna, der lebende Beweis dafür.