

# Achtung Fake News

**Gesundheitsinformationen finden und bewerten**

Chantal Hebeisen, Beobachter

Nachricht

Löschen Archivieren Antworten Allen antworten Weiterleiten Anlage Besprechung Verschieben Junk-E-Mail Regeln Gelesen/Ungesehen Kategorisieren Zur Nachverfolgung An OneNote senden

WG: [redacted]@gmail.com - Artikel Fluor (online)



Dienstag, 10. September 2019 um 09:01  
Chantal Hebeisen  
[Details anzeigen](#)

Sie haben auf diese Nachricht am "23.09.19, 16:21" geantwortet.

[Antwort anzeigen](#)

**Von:** Beobachter.ch <[info@beobachter.ch](mailto:info@beobachter.ch)>  
**Gesendet:** Montag, 9. September 2019 19:11  
**An:** Verlag, Beo <[verlag@beobachter.ch](mailto:verlag@beobachter.ch)>  
**Betreff:** [redacted]@gmail.com - Artikel Fluor (online)

Message  
Danke!

Haben Sie schon mal über Xylith begeistert!!! - Es ist nicht bloss ein gesunder Zucker (auch für Diabetiker!) sondern kann zum Zähneputzen verwendet werden + baut sogar wieder auf!

Herzliche Grüsse

Haben Sie schon mal über Xylith geschrieben?! Ich bin von der Natur begeistert!!! - Es ist nicht bloss ein gesunder Zucker (auch für Diabetiker!) sondern kann zum Zähneputzen verwendet werden + baut sogar wieder auf!



xylith diabetes studie



SEOquake

## Wie wirkt sich Xylit auf den Blutzucker aus?

Viele Vorteile hat Birkengold® **Xylit** für Diabetiker, weil es dem **Blutzucker** kaum beeinflusst. Birkengold® **Xylit** wird vom Körper langsam abgebaut, daher hat es nur einen sehr geringen Einfluss auf den **Blutzucker**. Auch der gerade für den Diabetiker so wichtige Insulinspiegel wird durch Birkengold® **Xylit** kaum beeinflusst.

Birkengold › xylit › gesundheit › diabetiker

[Xylit für Diabetiker - Birkengold](#)

Search for: [Wie wirkt sich Xylit auf den Blutzucker aus?](#)

Informationen zu diesem Ergebnis Feedback geben

Zentrum der Gesundheit › de › xylit

## Xylit gegen Diabetes - Zentrum der Gesundheit

Sogar Ohrinfektionen bei Kindern soll **Xylit** vorbeugen können. In einer Studie aus 2012 nun zeigte sich ausserdem, dass **Xylit** bei **Diabetes** interessante ...



### Nutzer fragen auch

Ist Birkenzucker gut für Diabetiker?



Welche Zucker für Diabetiker?





## Xylit - Die süsse Lösung bei Diabetes

Xylit ist ein Zuckeraustauschstoff mit vielen aussergewöhnlichen Eigenschaften. So kann das karieshemmende Xylit die Zahngesundheit massiv verbessern. Sogar Ohrinfektionen bei Kindern soll Xylit vorbeugen können. In einer Studie aus 2012 nun zeigte sich ausserdem, dass Xylit bei Diabetes interessante Wirkungen mit sich bringen könnte.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 10. October 2019

 Drucken/Download



ANZEIGE



effective nature  
**Xylitol**  
350 g • 4,95 EUR  
Würzen und Süssen > Natur...



effective nature  
**Kokosblütenzucker**  
300 g • 7,95 EUR  
Kokos > Kokosblütenzucker



effective nature  
**Veganes Astaxanthin**  
20,90 EUR  
Mikroalgen > Astaxanthin



Govinda  
**Erdmandel-Frühstüc...**  
6,95 EUR  
Frühstück > Müsli



Govinda  
**Kastanien-Penne**  
3,90 EUR

## Xylit wirkt antidiabetisch

Das Aussergewöhnliche an Xylit ist nun jedoch, dass der süsse Stoff nicht nur den Blutzuckerspiegel in Frieden lässt, sondern darüber hinaus offenbar ganz konkrete antidiabetische Wirkungen haben kann. Genau diesen diabetesfeindlichen Eigenschaften widmeten sich im Jahr 2012 Wissenschaftler der *School of Life Sciences* an der *University of Kwa-Zulu-Natal* in Durban, Südafrika.

Man teilte in dieser Studie die Probanden in drei Gruppen auf: Es gab eine gesunde Kontrollgruppe, eine Diabetiker-Kontrollgruppe und eine Diabetiker-Gruppe, die Xylit bekam. Die Xylit-Gruppe erhielt nun über fünf Wochen hinweg bei Durst statt Wasser eine 10prozentige Xylitlösung. Die beiden Kontrollgruppen hingegen tranken nur Wasser.

Anschliessend untersuchte man die Probanden und stellte fest, dass in der Xylitgruppe nicht nur weniger gegessen wurde als in der Diabetiker-Kontrollgruppe und daher die Xylittrinker erfreulicherweise an Gewicht verloren hatten, sondern dass ausserdem der Blutzuckerspiegel sowie die meisten Blutfettwerte gesunken waren. Gleichzeitig waren in der Xylitgruppe die Serum-Insulinkonzentration sowie die Glucosetoleranz signifikant gestiegen, was bedeutet, dass die Bauchspeicheldrüse wieder verstärkt Insulin produzieren konnte und sich die Insulinresistenz der Zellen zurückgebildet hatte.

ANZEIGE



In der Diabetiker-Kontrollgruppe war von all diesen positiven Entwicklungen nichts zu sehen.

Xylit hatte also in dieser Studie - die jedoch mit Ratten durchgeführt wurde - eine ganz eindeutig positiv heilende Wirkung auf Diabetes, Insulinresistenz und Blutzuckerschwankungen, so dass auch die beteiligten Forscher in ihrer Schlussfolgerung schrieben:

*Unsere Studiendaten lassen vermuten, dass Xylit nicht nur als Zuckerersatz verwendet werden kann, sondern sich ebenfalls als Nahrungsergänzung bei Diabetes eignet.*



## Xylit wirkt antidiabetisch

... ganz konkrete antidiabetische Wirkungen

... die Serum-Insulinkonzentration

die Glucosetoleranz signifikant gestiegen,

... dass die Bauchspeicheldrüse wieder verstärkt Insulin produzieren konnte

sich die Insulinresistenz der Zellen zurückgebildet hatte.

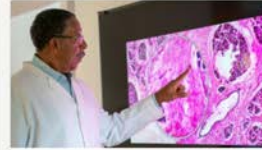
... eine ganz eindeutig positiv heilende Wirkung auf Diabetes, Insulinresistenz und Blutzuckerschwankungen,

... die Probanden-> ...mit Ratten durchgeführt

Nachrichten >



Gesundheit  
Studie: Dieses Vitamin macht  
Hautkrebs weniger aggressiv



Medizin  
Warum es früher keinen Krebs gab



Gesundheit  
Frei von BPA bedeutet nicht  
weichmacherfrei

Neueste Artikel >



Gesunde Ernährung  
Fake-News: „Esst ruhig weiter rotes Fleisch!“



Vegane Ernährung  
Cholin in der veganen Ernährung: So decken Sie  
Ihren Bedarf



Depressionen und Burnout  
Warum Antidepressiva nicht wirken



Schilddrüse (Hashimoto)  
Worauf Sie bei der Einnahme von  
Schilddrüsenmedikamenten achten sollten

Derzeit beliebte Artikel >



Magen  
Alternativen für Säureblocker



Arthrose und Arthritis  
Arthrose ist eine ernährungsbedingte  
Zivilisationskrankheit



Basische Ernährung  
Basisches Frühstück

## Ihre Ausbildung zum ganzheitlichen Ernährungsberater

Gesunde Ernährung ist Ihre Leidenschaft? Sie lieben die basenüberschüssige, naturbelassene Ernährung? Sie möchten gerne die Zusammenhänge zwischen unserer Nahrung und unserer Gesundheit aus ganzheitlicher Sicht verstehen? Sie wünschen sich nichts mehr als all Ihr Wissen rund um Gesundheit und Ernährung zu Ihrem Beruf zu machen?

Die Akademie der Naturheilkunde bildet Menschen wie Sie in 12 bis 18 Monaten zum Fachberater für holistische Gesundheit aus. Wenn Sie mehr über das [Fernstudium an der Akademie der Naturheilkunde](#) wissen möchten, dann erfahren Sie hier alle Details sowie [Feedbacks von aktuellen und ehemaligen TeilnehmerInnen](#).

### Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

#### Newsletter abonnieren

Bleiben Sie in Gesundheitsfragen immer auf dem neuesten Stand!



Mit Ihrer Anmeldung erlauben Sie die regelmässige Zusendung des Newsletters und akzeptieren die Bestimmungen zum [Datenschutz](#).

#### Folgen Sie uns



#### Entdecken

[Startseite](#)

[Nachrichten](#)

[Themen von A-Z](#)

[Rezepte](#)

#### Finden

[Nachrichten](#)

[Artikel und Themen](#)

[Rezepte](#)

#### Informieren

[Über uns](#)

[Unser Team](#)

[Unsere Autoren](#)

[Fachärztliche E](#)

[Kontakt](#)

[Rechtliches](#)

[Impressum](#)

[Datenschutz](#)

## Über uns

Das Zentrum der Gesundheit informiert Sie seit 1999 um Gesundheit und Ernährung und ist mittlerweile ein Gesundheitsportale im deutschsprachigen Raum.

### Zweck des Angebots

Wir stellen in laienverständlicher Form (Texte und Videos) um Gesundheit und Ernährung zur Verfügung. Unsere UserInnen praxisorientiert, wie gesunde Mahlzeiten. Über das Kontaktformular können an das Redaktionsteam, die zeitnah und individuell beantwortet werden.

### Unsere Themen

Wir veröffentlichen fast täglich neue interessante Artikel zu folgenden Themen:

- Naturheilkundliche Konzepte bei Krankheiten und Beschwerden
- Ganzheitliche Gesundheitsprävention
- Gesunde Ernährung - vegan und basenüberschüssig
- Ernährungsformen und ihre Vor- und Nachteile
- Moderne Entschlackungskonzepte und Anleitungen
- Aktuelle Forschungsergebnisse aus der Naturheilkunde
- Lebensmittelporträts
- Empfehlenswerte Nahrungsergänzungen und ihre

## Unser Team

### Arno

Arno absolvierte zunächst den Gestalterischen Vorkurs an der Gestaltung (SFG) in Luzern, um sich anschliessend dem vierjährigen um an der SFG B:B in Biel zu widmen. Als Grafiker und Art Director sodann in einer Luzerner Werbeagentur seine Ideen und Fähigkeiten fang 2018 ist Arno beim Zentrum der Gesundheit für die Gestaltung von Kochbüchern zuständig. Ein weiterer Schwerpunkt seiner Tätigkeiten im Bereich der Digitalen Medien.

### Ben

Ben hat schon in jungen Jahren seine Leidenschaft für das Kochen. Nach vielen Jahren in verschiedenen Gastronomie-Betrieben jedoch für eine gesunde Lebensweise entschieden, wurde Ben auf diesem Weg auch zum Spezialist für die gesunde und pflanzliche Küche. Ben liebt es, mit seinen veganen Köstlichkeiten zu experimentieren und stets guter Dinge und ein echtes Vorbild. Das Porträt von Ben finden Sie hier: [Ben im Porträt](#)

### David

David ist seit 10 Jahren Motion Designer und Compositing Artist mit umfassender Erfahrung in der Produktion von TV-Spots, Printprodukten und Social Media Content. Von der Konzeption bis zur final fertigen Produkts hat David jeden einzelnen Schritt im Griff. Zentrum der Gesundheit.

### Ephraim

## Impressum

Neosmart Consulting AG

Lidostrasse 6

CH-6006 Luzern

E-Mail: [info@zentrum-der-gesundheit.de](mailto:info@zentrum-der-gesundheit.de)

Handelsregisteramt: Kanton Luzern

Handelsregister-Nummer: CHE-110.353.096



Handelsregister des Kantons Zürich S. 103 von 170

### Tagesregister



**43088** 01.12.2011 (BO/3:3/ZH-57606-2011-0010/CH-020.3.027.319-6)

**Neosmart Consulting AG**, bisher in *Baar*, CH-020.3.027.319-6, Aktiengesellschaft (SHAB Nr. 163 vom 24.08.2010, S. 21, Publ. 5783332). Statutenänderung: 27.10.2011. Sitz neu: *Zürich*. Domizil neu: Mühlebachstrasse 72, 8008 Zürich.

Eidg. G: 240.00 = 240.00 (Kapital 100'000.00)

Belege:

1. Anmeldung
2. beglaubigte Statuten vom bisherigen Sitz
3. öffentliche Urkunde mit Statuten



## Ausbildungskosten Ernährungsberater

In unserer Fernausbildung zum Ernährungsberater lernen Sie das umfangreiche Fachwissen der ganzheitlichen Gesundheits- und Ernährungslehre auf eine spannende Art und Weise. Anschließend bieten wir Ihnen mit unserem Praxis-Seminar die Möglichkeit, an zwei Wochenenden das Beraten zu üben. Sie können sich direkt bei der Anmeldung oder auch im Nachhinein entscheiden, ob Sie das Seminar besuchen möchten, oder nicht. Unten sehen Sie die Kosten mit und ohne Seminar.

<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p><b>Digital-Paket</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Module 1-6 online durchlesen*</b></li> <li>✓ Inkl. Lernfragen</li> <li>✓ Zugang bleibt nach Abschluss bestehen</li> <li>✓ <b>AKN Lern-App</b></li> <li>✓ Ansicht der digitalen Module</li> <li>✓ Alle Module als Hörbuch</li> <li>✓ Lernen im Offline-Modus</li> <li>✓ <b>Support im e-Campus</b></li> <li>✓ Kompetenter und schneller Support</li> <li>✓ Austausch mit Studenten</li> <li>✓ Lerngruppen und Netzwerke</li> <li>✓ Übungstests als zusätzliche Lernhilfe</li> <li>✓ <b>Staatlich geprüft und zugelassen</b></li> </ul> <p>12 x monatliche Rate € 129.- Schlussrate &amp; Prüfungsgebühr € 189.-</p> <p>Mit Praxisseminar <input type="checkbox"/></p> <p><b>Total € 1737.-</b></p> <p><b>Abschluss</b> Fachkompetenz für holistische Gesundheit</p> <p><a href="#">Jetzt anmelden &gt;</a></p> </div>	<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p><b>Druck-Paket</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Module 1-6 als hochwertiges Bildband</b></li> <li>✓ Inkl. Lernfragen</li> <li>✓ Ideal für Notizen und Markierungen</li> <li>✓ Praktisches Ringbuch für unterwegs</li> <li>✓ <b>Support im e-Campus</b></li> <li>✓ Kompetenter und schneller Support</li> <li>✓ Austausch mit Studenten</li> <li>✓ Lerngruppen und Netzwerke</li> <li>✓ Übungstests als zusätzliche Lernhilfe</li> <li>✓ <b>Staatlich geprüft und zugelassen</b></li> </ul> <p>12 x monatliche Rate € 159.- Schlussrate &amp; Prüfungsgebühr € 189.-</p> <p>Mit Praxisseminar <input type="checkbox"/></p> <p><b>Total € 2097.-</b></p> <p><b>Abschluss</b> Fachkompetenz für holistische Gesundheit</p> <p><a href="#">Jetzt anmelden &gt;</a></p> </div>	<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p><b>Komplett-Paket</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Module 1-6 als hochwertiges</b></li> <li>✓ Inkl. Lernfragen</li> <li>✓ Ideal für Notizen und Markierun</li> <li>✓ Praktisches Ringbuch für unte</li> <li>✓ <b>Module 1-6 online durchlese</b></li> <li>✓ Inkl. Lernfragen</li> <li>✓ Zugang bleibt nach Abschluss</li> <li>✓ <b>AKN Lern-App</b></li> <li>✓ Ansicht der digitalen Module</li> <li>✓ Alle Module als Hörbuch</li> <li>✓ Lernen im Offline-Modus</li> <li>✓ <b>Support im e-Campus</b></li> <li>✓ Kompetenter und schneller Su</li> <li>✓ Austausch mit Studenten</li> <li>✓ Lerngruppen und Netzwerke</li> <li>✓ Übungstests als zusätzliche Le</li> <li>✓ <b>Staatlich geprüft und zugela:</b></li> </ul> <p>12 x monatliche Rate € 159.- Schlussrate &amp; Prüfungsgebühr € 189.-</p> <p>Mit Praxisseminar <input type="checkbox"/></p> <p><b>Total € 24</b></p> <p><b>Abschluss</b> Fachkompetenz für holistische Gesundheit</p> <p><a href="#">Jetzt anmelden &gt;</a></p> </div>
--	---	---



✓ Weltweiter Versand
✓ 100% Qualität
✓ Natürliche Produkte



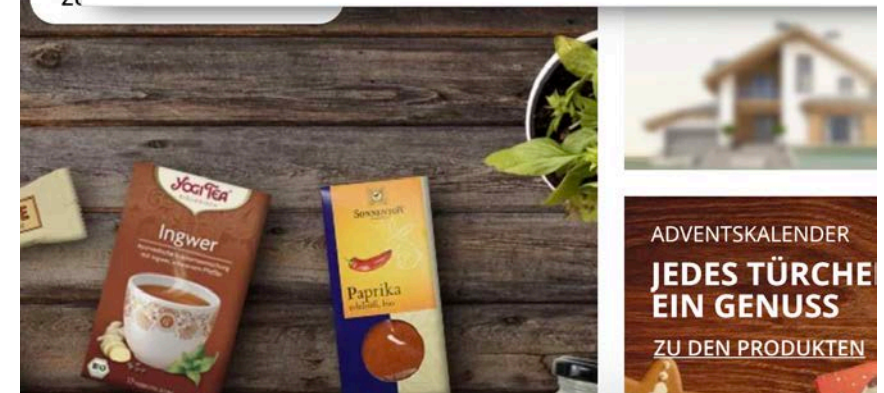


Vorschläge

- xylit
- xylitol
- xylit acerola
- xylit acerolakirsche
- xylit antioxi
- xylit antioxidantien

Produkte

	<b>Xylitol</b>
	<b>Bio-Xylit-Birkenzucker</b>



**ADVENTSKALENDER**  
**JEDES TÜRCHE**  
**EIN GENUSS**  
 ZU DEN PRODUKTEN

## Xylit wirkt antidiabetisch

Das Aussergewöhnliche an Xylit ist nun jedoch, dass der süsse Stoff nicht nur den Blutzuckerspiegel in Frieden lässt, sondern darüber hinaus offenbar ganz konkrete antidiabetische Wirkungen haben kann. Genau diesen diabetesfeindlichen Eigenschaften widmeten sich im Jahr 2012 Wissenschaftler der *School of Life Sciences* an der *University of KwaZulu-Natal* in Durban, Südafrika.

Man teilte in dieser Studie die Probanden in drei Gruppen auf: Es gab eine gesunde Kontrollgruppe, eine Diabetiker-Kontrollgruppe und eine Diabetiker-Gruppe, die Xylit bekam. Die Xylit-Gruppe erhielt nun über fünf Wochen hinweg bei Durst statt Wasser eine

## Quellen

- Uhari M *et al.*, "A novel use of xylitol sugar in preventing acute otitis media", *Pediatrics* 1998, (Ein neues Einsatzgebiet für Xylit in der Prävention von akuter Mittelohrentzündung)
- Kontiokari T *et al.*, "Anti-adhesive effects of xylitol on otopathogenic bacteria", *J Antimicrob Chemother.* 1998, (Hemmende Wirkungen von Xylit auf Bakterien, die Ohrinfektionen verursachen können)
- Islam MS, Indrajit M, "Effects of xylitol on blood glucose, glucose tolerance, serum insulin and lipid profile in a type 2 diabetes model of rats", *Annals of Nutrition and Metabolism*, 2012 (Auswirkungen von Xylit auf den Blutzuckerspiegel, die Glucosetoleranz, das Seruminsulin und die Blutfettwerte bei Typ-2-Diabetes-Ratten)

---

In der Diabetiker-Kontrollgruppe war von all diesen positiven Entwicklungen nichts zu sehen.

Xylit hatte also in dieser Studie - die jedoch mit Ratten durchgeführt wurde - eine ganz eindeutig positiv heilende Wirkung auf Diabetes, Insulinresistenz und Blutzuckerschwankungen, so dass auch die beteiligten Forscher in ihrer Schlussfolgerung schrieben:

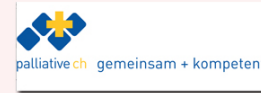
*Unsere Studiendaten lassen vermuten, dass Xylit nicht nur als Zuckerersatz verwendet werden kann, sondern sich ebenfalls als Nahrungsergänzung bei Diabetes eignet.*

The screenshot shows a PubMed article page. At the top, there are navigation links for NCBI, Resources, and How To. The PubMed logo and search bar are visible. The article title is "Effects of xylitol on blood glucose, glucose tolerance, serum insulin and lipid profile in a type 2 diabetes model of rats." The authors listed are Islam MS<sup>1</sup> and Indrajit M. The affiliation is the Department of Biochemistry, School of Life Sciences, University of KwaZulu-Natal (Westville Campus), Durban, South Africa. The abstract text is visible, including the background/aims, methods, results, and conclusion. The conclusion states that xylitol can be used not only as a sugar substitute but also as a supplement to antidiabetic food and other food products. The page also includes a sidebar with options like "Full text links", "Save items", "Similar articles", and "Cited by 3 PubMed".

# Vorsicht, wenn

- Sehr pauschale, übertriebene Aussagen gemacht werden
- Heilsversprechen gemacht werden
- Viele Fachbegriffe vorkommen, die nicht erklärt werden
- Dosierungsangaben fehlen
- Keine Nebenwirkungen beschrieben sind (ein «Aber» im Text fehlt)
- Kombination von Produktwerbung/-verlinkungen und Text
- Quellenangaben fehlen
- Nicht klar ist, wer der Absender / Textverfasser / Seiteninhaber ist

## Gute Informationsquellen



## Recherche-Tipps

- Genaue Suchbegriffe
- Verlässliche Fachquellen suchen
- Nach Bildern suchen kann hilfreich sein (z.B. bei einem Hautausschlag)
- Seien Sie sich bewusst, dass das Recherchieren im Internet verunsichern und Ängste wecken kann
- Die Internetsuche ersetzt den Rat einer Medizinalperson nie!

Quelle: Gesundheitsdirektion BS

# Beobachter Gesundheits- Lexikon

**Beobachter Gesundheit**   

Krankheiten A-Z Symptome A-Z Medizin & Krankheit Wohlfühlen **Alle Inhalte** 


A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z

Home > Gesundheit > Krankheit > **Brustkrebs (Mammakarzinom)**

## Brustkrebs (Mammakarzinom)

1 2 3 4 5 7

Definition Ursachen Symptome Diagnose Therapie Vorbeugen

Von **Onmeda-Ärzteteam**  
Veröffentlicht am 07. November 2019

### 1. Definition

Brustkrebs (Mammakarzinom) ist eine bösartige **Tumorerkrankung** der Brustdrüse. Das Mammakarzinom ist in den westlichen Industrienationen die häufigste Krebserkrankung der Frau. In der Schweiz erkranken jährlich rund 5300 Frauen an Brustkrebs.

Denkt man sich ein Kreuz mit der Brustwarze als Zentrum, so kann man eine räumliche Häufigkeitsverteilung von Brustkrebs in vier Quadranten vornehmen. Am häufigsten ist der obere äussere Quadrant befallen, da er auch den grössten Teil der Brustdrüse enthält.

#### Brustkrebs beim Mann

Bei Männern ist Brustkrebs sehr selten; nur etwa ein Prozent aller Brustkrebs-Erkrankungen betreffen Männer. Die Therapie unterscheidet sich nicht von der bei Frauen. Männer sind im Durchschnitt älter, wenn das Mammakarzinom festgestellt wird.

### 2. Ursachen

Bei Brustkrebs (Mammakarzinom) sind die genauen Ursachen noch nicht vollständig geklärt. Die überwiegende Mehrheit der Betroffenen erkrankt spontan - also ohne dass Mediziner sichere Ursachen ausmachen können. Jedoch sind mittlerweile verschiedene **Risikofaktoren**

### Brustkrebs-Screenings in der Schweiz

In der Schweiz können sich Frauen freiwillig von einem Radiologen aufbieten lassen. In einigen Kantonen gibt es zudem sogenannte **Mammografie-Screening-Programme**. Dabei werden Frauen ab dem 50. Altersjahr alle zwei Jahre zu einer Mammografie eingeladen. Der Swiss Medical Board (SMB) **sieht diese Screenings allerdings kritisch**. Der Nutzen sei sehr gering. Laut einer Studie des SMB werden pro 1000 gescreenten Frauen nur ein bis zwei Todesfälle verhindert. Dem gegenüber stehen 100 Frauen, bei denen irrtümlicherweise eine Brustkrebs-Erkrankung diagnostiziert wurde.

Demografie  
 Beobachter.ch/krankheit  
 Beobachter.ch/symptome

