



Elisabeth musste lernen, ihren Zuckerspiegel zu messen



Die Medikamente vertrug die Maklerin nicht, wurde kränker



2002. Im Krankenhaus wartete Elisabeth auf ihre OP

Elisabeth Wiehart (53)

hatte Brustkrebs und Diabetes



Elisabeth Wiehart ist von ihrer neuen Lebensweise überzeugt, backt Mandelbrot

Mit Tee und Nüssen habe ich meinen Krebs besiegt

Dankeschön.“ Noch heute fährt Elisabeth Wiehart oft ein stilles Gebet über die Lippen. Sie freut sich, dass sie noch am Leben ist, genießt jeden Tag, den sie erleben darf. „Dabei war ich mir sicher, dass ich nie wieder gesund werde“, erinnert sich die 53-Jährige: „Ich hatte mir sogar schon Grabsteine für meine Beerdigung angesehen.“

Leidensweg. Vor neun Jahren erhielt Elisabeth nach einer Routine-Untersuchung die Schock-Diagnose: Brustkrebs. Sofort wurde sie operiert, hatte dabei aber noch Glück im Unglück: „Meine Brust musste nicht abgenommen werden.“

Abwärts. Doch die Medikamente, die sie nehmen musste, machten sie kränker.

Unfassbar! Die Ärzte hatten die 53-jährige Maklerin schon aufgegeben. Doch dann entdeckte sie, wie wichtig Ernährung für jeden Körper sein kann – besonders für einen todkranken

Elisabeth: „Plötzlich wucherten Myome in meiner Gebärmutter.“ Sie wurde entfernt.

Kein Medikament konnte ihr helfen

„Von da an ging es mit mir bergab“, erzählt die Versicherungsmaklerin. Wieder bekam sie Hormone. Als sie diese nicht mehr vertrug, ging sie erneut zum Arzt.

Angst. Der überbrachte ihr neue Hiobsbotschaften: Elisabeth hatte eine Fettleber und eine Wucherung in

der Gallenblase. Als diese wegoperiert wurde, stellten die Mediziner noch Diabetes fest. Wieder bekam Elisabeth Medikamente, musste lernen, sich Insulin zu spritzen. Doch nichts half. „Ich vertrug die Diabetes-Mittel und die Kortison-Spritzen nicht“, erzählt die 53-Jährige. „Mir war ständig übel.“ 2008 wurde sie arbeitsunfähig, gab ihre Maklerlizenz zurück, die sie in Nürnberg gemacht hatte. „Ich dachte ans Sterben.“ Die Ärzte wussten keinen Rat mehr. Denn Elisabeth

musste die Präparate nehmen, da keiner wusste, ob der Krebs über ihr Lymphsystem nicht streuen würde.

Rettung. Die Todkranke schöpfte Hoffnung, als sie von der „Logi-Methode“ („Low Glycemic Index“ – deutsch: niedriger Blutzuckerwert) hörte. „Eine Ernährungsumstellung“, erklärt Elisabeth: „Erlaubt sind dabei Gemüse, Eier, Pflanzenöle, Fleisch, Fisch, Nüsse.“ Dazu trank sie grünen Tee, der das Krebszellen-Wachstum bremsen soll.

Gedanke. Elisabeth lernte, dass zu viele Kohlenhydrate die Bauspeicheldrüse schädigen, die das Insulin produziert. Elisabeth: „Insulin ist der Türöffner der Zellen, schleust den Blutzucker aus der Blutbahn. Kohlenhydratreduziertes Essen verbessert die Insulinproduktion. Der Körper reinigt sich.“

Zukunft. Mit der neuen Kost ging es der 53-Jährigen besser. „Nach vier Monaten konnte ich alle Medikamente absetzen. Mit Tee und Nüssen habe ich meinen Krebs besiegt“, freut sie sich. Und hatte eine Idee: Sie zog nach Mallorca, arbeitet als Ernährungs-Coach. Der Krebs hat den Schrecken für sie verloren: „Alles Schlechte hat auch sein Gutes. Man muss es nur entdecken.“



Heute arbeitet die 53-Jährige (M.) als Ernährungsberaterin auf Mallorca, gibt wertvolle Tipps

Fotos: Marion Meiners (3), privat (2)