
Subject: Insulinresistenz - Ursache allen Übels? Wer macht LC und hat Erfolg damit?

Posted by [Pulsatilla](#) on Tue, 24 Oct 2017 09:26:49 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bei mir wurde vor einigen Monaten zufällig der HOMA Index gemessen, und trotz gutem HbA1c und Nüchternzucker bekam ich das Umhängeschild: Insulinresistenz

Nach längeren Recherchen gibt es zwischen IR und AGA / HA für mich durchaus schlüssige Zusammenhänge.

Allerdings hat eine monatelange LOW Carb diät mit reichlich Grünfutter keine Veränderung gebracht (außer Zyklusschwankungen, die ich sonst NIE habe und natürlich weniger Wassereinlagerungen) , im Gegenteil ich habe so einen mega Schub derzeit....

Daher meine Frage an die LC ler:

LOW Carb, hat das für Euch langfristig irgendetwas gebracht ?
