

HYPNOSIS AND DIABETES

# HYPNOSE EN SUIKERVERSLAVING



SUIKERZIEKTE VERMIJDEN

HYPNO JENS



# Hey Sugar!

*Please don't kill me*



Hypnose en suikerverslaving



YOU'RE INVITED TO AN

# *Ice Cream Party*

LOLLY'S CANDY'S LOVE

U BENT UITGENODIGD OP EEN IJSJES FEEST MET VEEL LOLLY'S SNOEP  
EN KOEKEN GEBAKKEN MET LIEFDE.

WAAR KOMT ONZE DRANG NAAR SUIKER VANDAAN.  
SEDERT DE GEBOORTE HEBBEN WE MET ZIJN ALLEN MAAR ÉÉN WENS.  
ONS GOED VOELEN, GELUKKIG ZIJN.

ELK KIND LUST COLA. VREEMD OF ZOU DE MASSA'S SUIKER IN HET  
DRANKJE DAAR IETS MEE TE MAKEN HEBBEN.  
ONS GOED WILLEN VOELEN ZIT IN ONS DNA.

SUIKERS TRIGGEREN EEN GENOTSHORMOON IN JE HERSENEN  
SEROTONINE, ENDORFINE EN DOPAMINE.  
VREEMD GENOEG BREKEN ZE DIE OOK AF.  
DUS HOE BETER JE U ALS SUIKERVERSLAAFDE WENST TE VOELEN HOE  
MEER JE ERVAN MOET ETEN.  
GEKEND ALS SUIKERAANVALLEN (CRAVINGS).

HEEFT HET LICHAAM SUIKERS NODIG? JA  
DE NATUURLIJKE SUIKERS IN JE VOEDING ZIJN EIGENLIJK AL MEER  
DAN VOLDOENDE.

ALLE TOEGEVOEGDE SUIKERS ZIJN DAN OOK OVERBODIG.



**Stel je voor je bent geboren op dit eiland**, je vader gaat gaan jagen, je moeder kookt en verzorgt jou. Elke dag verse vis (visvangst, fruit en af en toe eens vlees van een wild dier misschien wel wat planten).

Elke dag in de zon (vitamine D) *geen afvalstoffen, geen vervuilde lucht, geen radiostraling, gsm straling, geen frietkotten-vetten, geen suikers, geen sausen, geen tot weinig alcohol.*

*Geen tv, geen stress, geen werk* uitgezonderd beschutting zoeken; hutje maken, jagen zwemmen genieten.

Eens wat lossier bij het jaarlijkse feest.

Uit de jonge vruchten van de palmboom kan suikerhoudend sap worden getapt. Dit kan door een inkeping te maken in de vrucht. Als dit sap wordt gedestilleerd en een gisting heeft ondergaan ontstaat er arak, een alcoholische drank.

kortom alles wat een mens maar van kan dromen.  
hmmm, **zouden we niet gemaakt zijn voor zo een leven.**

Ik kan me niet inbeelden dat we op aarde geboren worden om te *werken als zotten, stress spanningen mee te zeulen. Familiemomenten te beleven op tv-familie. De jacht te beleven in de supermarkt. Kar vullen met gif, suikers, vetten, vlees vol hormonen en sulfieten, kalkoenen en kip opgespoten om het gewicht te vergroten. Marinades die een 2 jaar goed blijven. Groenten uit blik waarbij ze bv. de schorseneren chemisch ontdoen van de pel. Bewaarmiddelen, E's, kleurstoffen om het aantrekkelijk te maken. Eieren van over gevaccineerde kippen die futloos zijn.*

Om dan s'avonds te gaan sporten want dat is gezond.

Ons lichaam overbelasten vullen met proteïnen en dat zijn nog de braafste, anderen spuiten zich vol met hormonen testosteron, waarbij zelfs de teelballen volledig verdwijnen.

Groenten zijn gezond, vroeger toch.

Elke boer heeft nu zijn eigen stukje land voor zijn groenten. Ze schieten niet zo snel de lucht in maar de boer weet wel waarom. Salades worden zo snel geteeld dat de gifstoffen van de *pesticide* er nog in zitten. Wanneer je ze voorgewassen koopt gingen ze zelfs door een *suikerbad* om de kraakversheid te behouden. Suiker houdt het vocht namelijk langer op.

## Is er een weg terug?

We leven in een wereld waar de **ziekenhuizen overvol liggen**. Als je dan bedenkt dat vroeger mensen in het ziekenhuis overwinterden, de gemiddelde ligtijd meer dan het dubbele was dan vandaag.

Dan moeten we ons afvragen; Is het zo slecht gesteld met onze gezondheidszorg. Ondanks alle nieuwe technologie en vooruitgang of is er iets fundamenteels mis in onze voedingsmaatschappij.

*We leven in een totale overconsumptie maatschappij die gebaseerd is geld ipv. op gezondheid en geluk.*

Stress, burn-outs, slapeloosheid, fibromyalgie, depressie en zelfmoorden.

Futloosheid, gewend van snel energie te halen uit energiedranken bv; Redd Bull of suikers bv. Irish Coffee of andere alcohol.

**'We leven naast de essentie'**



## **Diabetes wonden, ligwonden**

Ik nodig u graag uit om dit even te  
*Googlen op het internet bij  
afbeeldingen.*

Decubitus is een necrose van het weefsel veroorzaakt door een zuurstoftekort ten gevolge van het collaberen van bloedvaten door weefselvervorming. Deze vervorming van het weefsel wordt veroorzaakt door de druk van de steun waarop de patiënt ligt.

Maar het wordt eveneens bevorderd door :

bloedvaten in "slechte toestand",  
bijvoorbeeld door **suikerziekte**, een  
verhoogde bloeddruk, nicotine...  
een laag zuurstofgehalte in het bloed



## **Mogen we dan niet meer genieten?**

Tuurlijk mag je nog genieten van die lekkere toegevoegde suikers tenminste als je zo een gaten in je voeten wenst.

Wens je dit niet en hou je toch van zoet dan kan je kiezen voor natuurlijke zoetstoffen.

Planten zoals stevia zijn Godsgeschenken voor mensen die houden van zoet maar ook van gezonde voeten.



Stevia zie het als Cannabis voor de suikerverslaafde  
Natuurlijke zoetstof zonder gif



## Hoe vaak komt diabetes voor?

In België hebben we geen exacte cijfers over het aantal mensen met diabetes en het jaarlijks aantal nieuwe gevallen. Er is immers geen systematische registratie wanneer diabetes wordt vastgesteld. We kunnen wel een schatting maken op basis van gegevens uit de ziekteverzekering (geneesmiddelenverbruik) en de Belgische Gezondheidsenquête. Op basis van deze gegevens kunnen we duidelijk besluiten dat het aantal mensen met diabetes in de afgelopen decennia meer dan verdubbeld is. Het gaat vooral om een stijging in het aantal mensen met type 2 diabetes, de meest voorkomende vorm (meer dan 9 op 10) van diabetes. Oorzaken zijn te zoeken in de vergrijzing van de bevolking en **onze ongezonde leefstijl**.

De Internationale Diabetes Federatie (IDF) brengt diabetesstatistieken over de hele wereld in kaart en verzamelt ze in telkens in de Diabetes Atlas. De prevalentie (voorkomen) van diabetes voor België wordt door het IDF geschat op 8,0% van de volwassen **Belgische bevolking of 1 op 12** volwassenen. Volgens voorspellingen zal dit minstens oplopen tot 9,6% of **1 op 10 volwassen** Belgen in **2030**.

## Hoe kan hypnose je nu helpen?

Eerst en vooral dienen we te begrijpen dat we een natuurlijke aanleg en zin in suikers hebben. Daar we ons graag goed voelen.

*Onze ouders-grootouders hadden dus ook al snel door dat ze ons konden belonen of straffen met dit goedje.*

'Geen goed rapport geen snoep'.

'Als je bord uit is krijg je nog een ijsje'.

'Je bent flink geweest, hier een snoepje'.

*Je associeert dus die snoep of die chocoladetaart met prachtige, liefdevolle herinneringen.*

Had je oma geweten dat die taart die ze telkens bakte voor je verjaardag ervoor ging zorgen dat je nu zo'n gat in je been hebt en suikerziek bent.

Dan had ze je vast en zeker beloond met een appel.

*Nu net die associaties gaan we aanpakken, na een sessie is snoep gewoon snoep. Eigenlijk gif in een mooi kleurtje en een aantrekkelijke verpakking.*

Voor volwassenen alle kleuren van de regenboog voor kinderen met hun favoriete kabouter Plob.



Wanneer je suiker eet.

Komt het eerst in aanraking met je tanden.

De oorzaak van de schadelijke werking van suiker ligt bij de bacteriën in de mond. Bacteriën als de Streptococcus mutans en de Lactobacillus **zetten suiker om in zuur**. Dit zuur verlaagt de pH-waarde in de mond, waardoor de oplosbaarheid van het tandglazuur toeneemt. Het tandglazuur is de buitenste beschermlaag van de tand.

Als tandglazuur oplost, kunnen gaatjes ontstaan. Het glazuur herstelt zich zolang het even rust krijgt. **Het is dus belangrijk dat er niet te snel weer suiker wordt gegeten**. Als het tandglazuur geen tijd krijgt om te herstellen ontstaan gaatjes of zelfs tanderosie, wat schade aan het gebit oplevert. Glazuur dat helemaal weg is, komt niet meer terug.

Eens achter je tong geniet je niet meer van de smaak is het enkel vulling en wat voor vulling?

De pancreas heeft het hard te verduren en zal je helpen, **tot het beslist om het niet meer te doen**. Wanneer je pancreas het niet meer doet dan heb je suikerziekte wat betekend dat je er zoveel mee hebt gespeeld, dat je het **nu zelf mag regelen**.

Ben je dankbaar dat je pancreas nog steeds voor je werkt, maar wil je van die suikerverslaving af?

**Dan is hypnose de oplossing.**  
**verander associaties**  
**verander smaakpatronen**  
**boost uw immuunsysteem**



[www.hypnojens.com](http://www.hypnojens.com)

hypnose en suikerverslaving