

## **Jake Kushner – föredrag i Breckenridge 2018 – förhandstitt 2**

**Jake Kushner:** Vad ska man då äta? Man kan äta lite kött, lite fett, lite grönsaker... Den här bilden har min vän Marshall tagit. Han är en ung man med typ 1-diabetes, han är en liten bit över 30 år. Han äter mycket spännande, god och varierad kost, och han mår jättebra. Han får merparten av sina kalorier från fett. Och om han är noggrann har han fenomenal blodsockerkontroll. Helt fantastisk.

Marshall ringde till mig och sa: "Under större delen av mitt liv har jag trott att jag kommer att dö av typ 1-diabetes. Nu känner jag att jag har en chans att överleva." Jag tänkte: "Vilken grej. Det här måste vi gå till botten med."

Jag visade er den här blodsockerkurvan för en 18-åring som haft typ 1 i tio år. Titta nu vad som händer med LCHF. Visst är det fantastiskt? Helt otroligt!