

## **Katharine Morrison – intervju (PHC 2018) – förhandstitt 1**

**Kim Gajraj:** Är det möjligt för en typ 1-diabetiker att också få typ 2-diabetes?

**Katharine Morrison:** Ja, det är det. Det kallas för "dubbel diabetes". Det drabbar tyvärr ganska många typ 1-diabetiker. Typ 1-diabetiker är inte immuna mot de skadliga effekterna av högkolhydratkost, precis som ingen annan är det. Vi får snabbt en allt fetare befolkning med dålig blodsockerkontroll och stor insulinresistens, och det kan drabba typ 1-diabetiker likaså, precis som deras arbetskamrater och familjemedlemmar. Det beror huvudsakligen på årtal av högkolhydrat- och lågfettkost.

Typ 1-diabetiker kan alltså få typ 2-diabetes, så kallad dubbel diabetes. De kommer då att märka att de går upp i vikt. De kommer att märka att de blir tröttare. De kommer att märka att de kontinuerligt behöver höja grunddosen av insulin och att de behöver mycket mer insulin för att kunna hantera maten de äter i takt med att insulinresistensen utvecklas. De kommer också att märka att de, precis som typ 2-diabetiker, har nytta av att gå över till LCHF, och motionera och träna mer.

De kan ibland även behöva få medicin utskriven som normalt brukar skrivas ut åt typ 2-diabetiker. Det handlar oftast om metformin, men kan också vara andra läkemedel som gliptiner och glifloziner. De skrivs ut av läkare, men man behöver faktiskt inte gå den vägen eftersom det finns naturliga och tillförlitliga sätt att få kontroll över blodsockret.

Jag menar inte att det inte skulle ta tid, för vi vet alla att det är mycket lättare att gå upp i vikt än ner, men det finns naturliga sätt för dem att bli lika smala som de var innan de började gå upp i vikt.