

## **Sarah Hallberg – föredrag i Denver 2019 – förhandstitt 2**

Låt oss titta på de tre alternativen för reversering, alltså kirurgi, strikt lågkalorikost och LCHF. Uppgifterna om sleeve- och bypasskirurgi är hämtade från STAMPEDE-studien. Uppgifterna om lågkalorikost är hämtade från DiRECT. Och uppgifterna om LCHF i lila är hämtade från vår studie. Vi vet att med kirurgi rasade 80 % i HbA1c på kort sikt. De hade mycket högre HbA1c innan. Men låt oss titta längre fram på kurvan. Där ser man att LCHF sänkte HbA1c ännu mer, och höll det kvar där. Vi ligger lika med kirurgin, eller ännu lägre. Det är viktigt.

Vikten, då? Kom ihåg att de hade varit sjuka i snitt 8,4 år. Vi valde de allra sjukaste. Kolla var vi började i vikt jämfört med alla andra, kirurgi inräknat. Våra patienter var sjukare. Det gör det här ännu viktigare, och uppriktigt sagt enastående. Om man drar ner vår kurva, som om vi hade börjat med lägre vikt, så följer det kirurgikurvan. Innebär det att kirurgi inte är bra? Det är det, för vissa. Men det jag menar är att LCHF kan åstadkomma samma saker. Det är viktigt att förstå.

Och LCHF är nu standardåtgärd! Vi är ingen knäpp diet på ytterkanten.