
Subject: Uebelkeit

Posted by [Eilean](#) on Thu, 11 Jun 2009 15:40:25 GMT

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

Hallo ihr Lieben,

ich habe in den letzten beiden Wochen bemerkt, dass mir sobald ich Hunger bekomme uebel wird. Normalerweise versuche ich kein Hungergefuehl aufkommen zu lassen, aber hin und wieder verschaetze ich mich mit dem Mittagessen und dann bekomme ich wieder Hunger bevor ich daheim bin.

Und da wird mir (vielleicht durch das Magenknurren?) relativ uebel, auch mit dem "wattigen" Gefuehl im Mund etc. Ausserdem wird mir leicht schwummerig, meine Gliedmassen werden gummerig und ich zittere.

Ich hab mich schon testen lassen, also Diabetes ist es nicht. Das hatte ich erst vermutet. Hilft auch nichts dass ich Zucker esse. Was ich esse ist egal, ich kann auch nur trinken, hauptsache der Magen knurrt nicht mehr. Dann hoert die Uebelkeit naemlich auf.

Bin ich zu empfindlich, oder krieg ich vielleicht nur eine Erkaeltung?

Hat jemand von euch die Erfahrung gemacht? Und was tut ihr dagegen? Trinkt ihr konstant?

LG

Eilean

Subject: Re: Uebelkeit

Posted by [die_nicky1976](#) on Thu, 11 Jun 2009 16:39:30 GMT

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

ich kenne diese uebelkeit auch. ich hab das zwar relativ selten, weil ich es einfach nicht so weit kommen lassen moechte. aber manchmal, wenn ich zb. zu wenig im buero gegessen hab und ich richtig groeßen hunger bekomme, wird mir auch uebel. oft ist es dann auch so, dass ich nur wenig essen kann. ich denke, man hat dann einfach zu wenig energie im koerper. aber genau weiss ich es auch nicht, warum das so ist. ich habe auch kein diabetes. das ist ende januar bei mir getestet worden.

ich hab aber auch ein problem, immer genug zu trinken. ist vielleicht die kombination von zu wenig trinken und essen

Subject: Re: Uebelkeit

Posted by [Laufmeter](#) on Thu, 11 Jun 2009 17:54:39 GMT

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

Kenn ich auch.

Und ganz besonders bei/nach Wanderungen, wenn ich zu wenig getrunken und gegessen habe.

Diabetes hab ich auch nicht.

Subject: Re: Uebelkeit

Posted by [Barbara Andrea](#) on Thu, 11 Jun 2009 18:10:19 GMT

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

Also bei Helga würde ich jetzt auf eine Hungerast tippen.

Und wahrscheinlich ist es das auch bei dir Eilean, oder so eine Vorstufe davon vielleicht.

Subject: Re: Uebelkeit

Posted by [Eilean](#) on Thu, 11 Jun 2009 18:44:46 GMT

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

Wenn ich so ueberlege.. das kommt tatsaechlich oft vor, wenn ich mal fuer eine Weile ganz wenige Kohlenhydrate gegessen habe. Ich werde es mal beobachten. Danke euch herzlich fuer eure Meinungen und auch fuer den Link, das beruhigt mich ein wenig!

Danke !

Subject: Re: Uebelkeit

Posted by [Barbara Andrea](#) on Thu, 11 Jun 2009 20:29:23 GMT

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

Ich glaube nicht, dass du dir deswegen Sorgen machen musst. Ich kenne das Phänomen auch und mir geht es dann genauso wie dir.
