

Mary T. Newport

Alzheimer - vorbeugen und behandeln

Leseprobe

[Alzheimer - vorbeugen und behandeln](#)

von [Mary T. Newport](#)

Herausgeber: VAK Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b14701>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Die Entdeckung der Ketone und die ketogene Diät

Einer der frühesten wissenschaftlichen Artikel über Ketone erschien 1865 in der deutschen Fachliteratur. Er stammt von J. Gerhardt und behandelt die Entdeckung von Ketonen im Urin von Diabetikern. 30 Jahre später wurde in einem anderen deutschen Artikel das Vorliegen großer Ketonmengen im Urin von Menschen im diabetischen Koma behandelt (Hirschfeld, 1895). Viele Jahre danach galten Ketone einfach als anormale Nebenprodukte von Krankheiten wie Diabetes. Selbst heute denken viele Ärzte zuerst an die diabetische Ketoazidose, wenn sie zum ersten Mal von Forschungen und Erörterungen über den Zusammenhang von Ketonen und Alzheimer hören. Es beunruhigt sie, dass ihre Patienten eine Azidose [Übersäuerung] bekommen könnten, wenn sie mittelkettige Fettsäuren zu sich nähmen. Das stimmt schlicht und einfach nicht (vgl. den Abschnitt über die diabetische Ketoazidose in Kapitel 16).

Der Ursprung der ketogenen Diät

Die Geschichte von den Wirkungen der Ketone bei der Behandlung von Krankheiten beginnt eigentlich viel früher. Es gibt historische Hinweise auf das Fasten als erfolgreiche Behandlungsmethode bei Epilepsie und Krampfanfällen, und zwar in der *Bibel* und später in der entsprechenden „Fachliteratur“ des Mittelalters. Im Jahre 1921 referierte der Kinderarzt

Dr. Rawle Geyelin auf einem Kongress der *American Medical Association* über die erfolgreiche Behandlung von drei Epilepsiepatienten durch den Osteopathen Dr. Hugh Conklin. Einer dieser Patienten war ein zehnjähriger Junge mit schwerer Epilepsie, der nach zwei langen Fastenperioden im darauffolgenden Jahr keine Krampfanfälle mehr hatte. Dr. Geyelin berichtete auch, dass 18 von 26 seiner Patienten eine deutliche Besserung zeigten und dass 2 von ihnen über ein Jahr frei von Krampfanfällen waren. Zu diesem Zeitpunkt wussten Geyelin und Conklin noch nicht, dass im Hungerzustand große Mengen von Ketonen gebildet werden und dass diese mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit für den Rückgang der Krampfanfälle bei ihren Patienten verantwortlich waren.

Einsatz der ketogenen Diät als Therapiemaßnahme

Ebenfalls 1921 schrieb Dr. R. M. Wilder einen kurzen Artikel im *May o Clinic Bulletin* mit dem Titel „The Effects of Ketonemia on the Course of Epilepsy“ [zu Deutsch etwa: Die Auswirkungen der Ketonämie auf den Verlauf der Epilepsie]; darin heißt es, dass die Ketonkörper Aceton, Acetoacetat und Beta-Hydroxy-Buttersäure nicht nur im Urin von Patienten mit diabetischer Ketoazidose erschienen, sondern auch im Urin gesunder Menschen, die hungern. Und nicht nur das, die Ketone erschienen auch im Urin von Menschen, die sich sehr kohlenhydratarm und zu fettreich ernährten. Das war also vor rund 90 Jahren die Geburtsstunde der klassischen „ketogenen Diät“ als Therapiemethode.

Bei dieser Diät stammen etwa 80 Prozent der Kalorien aus Fett und die restlichen 20 Prozent aus Proteinen und Kohlenhydraten. Die Aufnahme von Proteinen wird dabei begrenzt, denn sie können in der Leber durch die bereits erwähnte Glukoneogenese in Kohlenhydrate umgewandelt werden, wenn die Kohlenhydratspeicher aufgebraucht sind. Gleichzeitig müssen aber genügend Proteine bereitgestellt werden, um dem Schwund von Muskeln und anderen Geweben im Körper (der sogenannten Magermasse) vorzubeugen. Bei Kindern, die wegen epileptischer Anfälle eine ketogene Diät einhalten müssen, wird die Proteinmenge genau berechnet, um die Muskeln zu schützen und ausreichendes Wachstum zu gewährleisten. Diese Ernährungsweise ist für die meisten Menschen auf Dauer nicht

einfach zu befolgen, da nur eine sehr kleine Menge an Kohlenhydraten erlaubt ist und jedes Nahrungshäppchen genau bemessen werden muss. Doch sie hat einen eindeutigen Vorteil: Sie führt zur Bildung von erheblich größeren Mengen an Ketonkörpern (in manchen Fällen das Zehnfache oder mehr) als die Zufuhr von Ölen mit mittelkettigen Fettsäuren.

Eine Durchsicht der Fachliteratur zeigt, dass über ketogene Diät und Epilepsie zwischen den 20er- und den 60er-Jahren des 20. Jahrhunderts viel geforscht wurde. Andere Forscher untersuchten die Ketonbildung während des Hungerns bei verschiedenen Gruppen von Probanden und über verschiedene Zeiträume. Es wurden bessere Methoden zur Bestimmung der Ketone entwickelt und viele Einzelheiten über ihre Bildung und ihren Abbau im Körper erarbeitet. Diese Einzelheiten wurden in vielen Fällen mithilfe von Versuchstieren ermittelt und diese Studien wurden dann mit Menschen wiederholt, um die Ergebnisse zu verifizieren. Manche der Forscher, die diese Details in den 1960er-Jahren erarbeiteten, sind heute immer noch aktiv an der Untersuchung der Ketone beteiligt: Dr. George Cahill, Dr. Sami Hashim, Dr. Oliver Owen, Dr. Theodore VanTallie und Dr. Richard Veech. In Kapitel 19 wird von diesen Ärzten und ihrer Arbeit noch die Rede sein.

Seit Mitte des 20. Jahrhunderts Neuroleptika weite Verbreitung fanden, wurde die ketogene Diät als Behandlungsmethode viele Jahre lang praktisch nicht mehr praktiziert. Während meines Studiums und meiner Facharztausbildung zur Kinderärztin war sie ein Thema und wurde gelegentlich bei Kindern mit den schlimmsten Formen von Epilepsie eingesetzt. Ich ahnte damals nicht, welche Rolle die Ketone einige Jahrzehnte später in unserem Leben spielen würden.

Wie die ketogene Diät „populäre“ wurde

Anfang der 1990er-Jahre stieß der Hollywoodregisseur Jim Abrahams auf der Suche nach einer Behandlungsmöglichkeit für seinen 20 Monate alten Sohn, der unter schwerer Epilepsie litt, auf die ketogene Diät. Der kleine Charlie hatte bis zu 100 Anfälle am Tag, obwohl er mit starken Antikonvulsiva (Mittel gegen Krämpfe) behandelt wurde, die ihn stark sedierten. Auch eine Gehirnoperation half nicht. Die Familie beschloss, die Diät

auszuprobieren, obwohl fünf Kinderneurologen, bei denen Charlie in Behandlung gewesen war, sich dagegen aussprachen. Innerhalb weniger Tage hörten die Anfälle vollständig auf! Abrahams ärgerte sich, dass die Ärzte seine Familie nicht auf die ketogene Diät aufmerksam gemacht hatten. Er erfuhr bald, dass Charlie nur eines von Hunderttausenden von Kindern war, die wegen Epilepsie behandelt wurden, die aber die ketogene Diät auch nicht machen konnten, weil die Eltern nichts davon wussten. Er machte es sich zur Aufgabe, die Eltern anderer betroffener Kinder zu informieren, außerdem Ärzte, Krankenschwestern und Ernährungswissenschaftler zu schulen sowie die Erforschung der ketogenen Diät zu fördern.

Im Jahre 1994 gründete Abrahams zu diesem Zweck die Charlie-Stiftung (www.charlifoundation.org) und hatte beträchtlichen Erfolg. 1997 drehte er einen Fernsehfilm mit Meryl Streep unter dem Titel *First Do No Harm* [deutscher Titel: *Solange es noch Hoffnung gibt*]. Darin geht es um eine Familie, deren Sohn unter schwerer Epilepsie leidet und die die ketogene Diät als Behandlung für ihn entdeckt. Im Jahre 2004 wurden bei *Dateline NBC* zwei Folgen ausgestrahlt und 2008 sorgte eine Fortsetzung über Charlie und die ketogene Diät für einen erheblich gesteigerten Bekanntheitsgrad und kurbelte die Forschung an. Das erste große internationale Symposium, das sich mit diesem Thema befasste, fand im April 2008 statt und Artikel darüber wurden im Oktober 2008 in einer Sonderausgabe der medizinischen Fachzeitschrift *Epilepsia* veröffentlicht. Das zweite Symposium fand 2010 in Edinburgh statt.

Ich möchte betonen, dass Kinder mit Epilepsie, die eine konsequente ketogene Diät einhalten, sehr viel weniger Anfälle haben und sogar mit der Zeit ganz davon befreit werden *können*, doch dazu ist es unerlässlich, dass sie sich ganz strikt daran halten. In jüngster Zeit wurde die ketogene Diät auch von älteren Menschen ausprobiert; manche erwachsenen Epileptiker profitieren ebenfalls deutlich davon. Nicht alle Betroffenen reagieren besonders spektakulär darauf, aber viele haben nur noch die Hälfte oder noch weniger Anfälle als vorher.

Patienten mit Alzheimer, Parkinson und anderen neurodegenerativen Erkrankungen, die durch die Zufuhr mittelkettiger Fettsäuren keine Besserung erfahren, sollten in Erwägung ziehen, auf das volle Programm



Mary T. Newport

[Alzheimer - vorbeugen und behandeln](#)

Die Keton-Kur: Wie ein natürliches Fett die Erkrankung aufhält

320 Seiten,
erschienen 2013



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de