

## **Patientfall – tidigt stadium av Alzheimers**

av Diana Noland, dietist och klinisk nutritionist

Patientens bakgrund: RK är en 64-årig man med minnesstörningar som diagnostiserats med tidigt stadium av Alzheimers sjukdom av neurolog. Två månader före konsultationen hade RK inget intresse av någon form av aktivitet och fick upphöra med sitt arbete som byggnadsentreprenör efter 35 års verksamhet. Hans sjukdomshistoria omfattar sköldkörtelcancer, bortopererad sköldkörtel samt recessiv hemokromatos (genetisk blodsjukdom med för högt järnupptag).

### **Anamnes**

*Antropometri:* Längd 193,5 cm, vikt 113 kg, BMI 30.

*Kost:* Stort intag av läsk och raffinerad mat inklusive säd/gluten och stärkelse, godis, friterad mat, snabbmat och konserverad frukt, kommersiella charkuterier. Lågt intag av vatten, essentiella fettsyror, grönsaker och färsk, icke-raffinerad kost.

*Nutritionsinriktad undersökning:* Minnesbortfall rapporteras av hustrun och noteras även vid undersökningen; fler rynkor än normalt vid patientens ålder (indikerar hög oxidativ stress), pratar mycket långsamt och bara som svar på frågor, dålig tandhälsa, blödande tandkött, mycket beläggning och djup centralfåra på tungan.

*Läkemedel:* Sköldkörtelhormon, Finesterid, Terazosin för förstörd prostata samt en låg daglig dos aspirin.

*Genetiska riskfaktorer:* Cancer i släkten (7 av 8 syskon samt pappan), en bror och en farbror med Alzheimers, en son med hemokromatos – typ BB-polymorfismer.

*Biokemiskt:* Något nedsatt GFR (njurfunktion), högt BUN (kväve i blodet), lågt TSH (,03) med standardbehandling för post-tyroidektomi, PSA: 1,19, högt homocystein: 18. Lågt albumin: 3,9, totalprotein: 6,3, globulin: 2,3.

*Symtom:* Nedsatt korttidsminne, svår förstoppning hela livet.

### **Nutritionsvärdering**

*Intag:* Mycket socker, raffinerade livsmedel och charkuterivaror.

*Matsmältning, upptag & eliminering:* avföring 1 gång/vecka.

*Utnyttjande – Cellulär & molekylär funktion:*

- Mineraler: Lågt magnesium, lågt värde för blodelektrolyter, kapacitans 730 (optimalt ~1300).
- Antioxidanter (vattenlösliga): C-vitamin, fytonutrierter p.g.a. starkt rynkig hud, låg C-vitaminstatus, lågt intag av grönsaker/frukt.
- Protein: Låg proteinstatus (albumin 3,9).
- D3-vitamin och fettlösliga vitaminer: Låg D-vitaminhalt (25 ng/ml).
- Oljor/fettsyror: Lågt intag av omega 3 och 6 (GLA), kolesterolpanel OK.
- Metylering: Förhöjt homocystein (18) indikerar nedsatt metylering; låga värden för folsyra, B12; röda blodkroppar MCV 101 HI, MCH 33.

## Åtgärdsplan

1. Eliminationskost: Undvik socker – läskersättning med te eller färskpressad juice, undvik charkuterier/nitrater, mejerivaror, raffinerade livsmedel. Högre intag av färska, icke-raffinerade livsmedel, havssalt, sallader och kött av god kvalitet. Öka vattenintaget till 1,5-2 liter/dag (tidigare intag: 0). Målsättning: Minskat intag av socker och ”antigenisk mat”, ökat intag av fytonutrierter och näringstät föda med hög fibernivå.
2. Förbättra metyleringsfunktionen och höj intaget av oljor/fettsyror för neurologisk support. Tillskott av multivitamin/mineral, magnesium, EPA/DHA 1:1, GLA 370 mg/dag, folsyra (5-MTHF 800 mcg/dag), B12 (metylkobalamin 1000 mcg/dag), D3 4000 IE/dag, CogniSure™ (prolinrikt polypeptidkomplex), laxerande örtmedel.
3. Kompletterande nutritionsbehandling som stöds av läkare med IV PK Protocol® (intravenöst glutationtillskott som kompletterats med fosfolipider) och fosfatidylkolin (PC)/ Lipostabil™, glutation, fenylobutytrat, utvärderat metyleringsstöd två ggr per vecka i en månad. Sedan övergång till orala tillskott av PC, glutation och butytrat samt metyleringsstöd (5-MTHF) efter behov.

## Resultat

Efter att tarmen fått stöd med hjälp av örter, magnesium och högre vattenintag ökade avföringsfrekvensen till 1/dag. Minnesfunktionen förbättrades också med ~70 procent inom fyra veckor. Klienten återupptog sitt arbete. Efter fem månader var förbättringen ännu större. Kosten och de orala näringstillskotten fortsattes.

Uppföljningar varje månad med fosfolipider och metyleringsstöd. Den kognitiva funktionen fortsatte att förbättras med nutritionsbehandling även efter 14 månader. Homocysteinvärdet sjönk till 9, blodkroppar MCV 92, MCV 30,5. Neurologen drog tillbaka Alzheimers-diagnosen efter tio månader.

*Diana Noland har 35 års erfarenhet som dietist och klinisk nutritionist. Hon arbetar enligt den funktionsmedicinska modellen.*