
Er Alzheimers sykdom et ernæringsproblem?

KORRESPONDANSER

BJØRN JOHAN ØVERBYE

Email: bjornoverbye@hotmail.com

Knut Engedal tar opp bruken av Aricept i sin artikkel i Tidsskriftet nr. 23/2000 og påpeker mulig nytte av antioksidanter (1). Dette rører ved noe av det mest sentrale i senere års demensforskning. Denne forskningen tyder på at demens og Alzheimers sykdom ikke bare er et spørsmål om gener, men at det også kan dreie seg om forgiftning og ernæringssvikt i hjernen.

Det er vel dokumentert at man med økende alder får nedsatt evne til næringsopptak, kombinert med et dårligere kosthold (2). Samtidig vil miljøgifter ha akkumulert seg og gjort seg gjeldende, herunder aluminium som har vært observert i økt konsentrasjon i hjerne vev hos demente (3).

Flere studier og metaanalyser viser positiv korrelasjon mellom følgende næringsstoffer og demens og Alzheimers sykdom: tiamin, folat, cyanokobalamin, tokoferol, samt mineralene kalsium, magnesium, selen og sink (4). Hos de samme pasientgrupper er det påvist høye verdier av metalliske ioner av kobber, tinn, mangan og aluminium (4).

Det synes derfor som god medisin å foreta en mineral- og vitaminanalyse av demente for om mulig å kompensere for underskudd, samt sørge for å fjerne uønskede metallioner (4). Videre må denne kunnskapen kunne brukes til å forebygge utvikling hos dem som ennå ikke er syke, ved at nevnte stoffer overvåkes og nødvendige tiltak foretas før friske mennesker utvikler demens (2).

LITTERATUR

1. Engedal K. Alzheimers sykdom – nytt håp? Tidsskr Nor Lægeforen 2000; 120: 2739.
2. Alban F. Alzheimers disease, the nutritional hypothesis. J Ortomol Med 1998; 3: 13 – 7.

3. Werbach M. Textbook of nutritional medicine. Tarzana: Third Line Press, 1999: 290 – 301.

4. Werbach M. Nutritional influence on mental illness. Tarzana: Third Line Press, 2000: 160 – 220.

Publisert: 20. januar 2001. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.