

Alchajmerova bolest i mikronutrijenti – načini efikasne prevencije

Trenutno u Nemačkoj više od milion ljudi boluje od demencije. Svake godine dijagnostikuje se oko 200. 000 novih slučajeva demencije. Morbus Alchajmer je sa 700. 000 obolelih najčešći oblik takve bolesti. Bolest pogađa isključivo starije osobe. Zastrašujuća činjenica da izlečenje Alchajmerove bolesti farmaceutskim lekovima koji se trenutno primenjuju nije na vidiku, i da je njihova efikasnost za pacijente koji boluju od te bolesti upitna, otvara mogućnost alternativnim metodama lečenja. Alternativne metode lečenja se temelje – kao i rezultat naučne

studije – na delovanju vitamina, minerala i sekundarnih biljnih supstanci.

Alchajmerova bolest: definicija i faktori rizika

Alchajmerova bolest je najčešći oblik demencije. Demenciju karakteriše gubitak duševnih sposobnosti sa povećanim smetnjama u pamćenju i ličnosti kao i smetnjama u orijentaciji i gubitak sposobnosti mišljenja. Simptomi koji se javljaju prouzrokovani su gubitkom ćelija u području kore mozga i drugih moždanih struktura. Povlačenje moždane mase se – zavisno od toga koliko je uznapredovalo – meri kompjuterizovanom tomografijom(CT). U faktore rizika za nastanak bolesti ubrajaju se pored prirodnih procesa starenja i genetskih sklonosti i smetnje metabolizma mozga, kao i faktori iz okoline, ekscitabilnost(razdražljivost), preopterećenost i stres. No, do danas uzroci bolesti nisu razjašnjeni.

Slepa ulica medicine usmerene farmaceutskoj industriji

Do danas nije zabeleženo izlečenje Alchajmerove bolesti uzimanjem farmaceutskih lekova, a delotvornost tih lekova je mala. Najčešće aktivne supstance koje se primenjuju u lečenju su tzv.

blokatori acetilkolinesteraze, koji su odgovorni za sporu razgradnju acetilkolina, a time i njegovu povećanu koncentraciju. Acetilkolin je neurotransmiter – supstanca koja je odgovorna za prenošenje informacija u sinapse između specifičnih nerava i njihovu međusobnu komunikaciju, kao i između nerava i mišića – razvojem Alchajmerove bolesti dolazi do njegovog nedostatka. Nasuprot naočigled logičnoj primeni blokatora acetilkolinesteraze farmaceutski lekovi nisu u mogućnosti usporiti napredovanje bolesti.

Ćelijske hranjive materije: temelj dugoročne prevencije

Moderna ćelijska medicina postigla je uspeh u lečenju uzroka i prevenciji bolesti kardiovaskularnog sistema, raka i drugih najčešćih vrsta bolesti. To je uočljivo i kod Alchajmerove bolesti, koja se može efikasno sprečiti i na čiji razvoj se može pozitivno uticati ciljanim delovanjem ćelijskih hranjivih materija. Širok je spektar mikronutrijenata koji nadaleko pospešuju terapiju lečenja i sprečavaju nastanak Alchajmerove bolesti. Neki od ključnih faktora i učinaka su:

- **Ekstrakt zelenog čaja (epigalokatehin galat, EGCG) sprečava širenje proteina**

Degenerativne tvorevine proteina u mozgu povezane su sa odumiranjem nervnih ćelija kod pacijenata koji boluju od Alchajmerove bolesti. Ekstrakt zelenog čaja EGCG može zaustaviti taj proces, što pokazuju rezultati istraživanja koje je objavljeno 30. maja 2008. godine (<http://www-nature.com/nsmb/journal/v15/n6/abs/nsmb.1437.html> : Nature Structural & Molecular Biology 15, 558 – 566 (2008)). Već u vrlo ranom stadijumu bolesti EGCG se direktno veže na još nesložene

proteine. Tako EGCG sprečava da se nepravilnim slaganjem stvaraju otrovni, netopljivi agregati i oštećenje ćelija.

- **Ćelijske hranjive materije pospešuju stvaranje acetilkolina**

Acetilkinolin je supstanca koja je odgovorna za prenos informacija u sinapse između specifičnih nerava i njihovu međusobnu komunikaciju kao i između nerava i mišića. Tokom razvoja Alchajmerove bolesti dolazi do nedostatka acetilkolina. Važne ćelijske hranjive materije koje pospešuju stvaranje acetilkolina u organizmu su pre svega vitamin C, vitamin B3 i kolin zatim glicin, gradivna supstanca acetilkolina. Ove ćelijske hranjive materije mogu sprečiti javljanje nedostatka acetilkolina koje je tipično za Alchajmerovu bolest.

· **Antioksidansi za zaštitu ćelija od oštećenja**

Pacijenti koji boluju od Alchajmerove bolesti raspolažu značajno manjim sadržajem specifičnih vitamina za razliku od kontrolne grupe. Do tog otkrića naučnici su došli u studiji koja je objavljena 1992. godine (www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1575097). Specifični vitamini, poput na primer vitamina e, vitamina a, i karotenoida hvataju slobodne radikale. Nedostatak može dovesti do porasta degenerativnih neuroloških procesa u mozgu i pojačati nivo demencije. Unos antioksidansa je posebno delotvoran način zaštite ćelija od oštećenja

Slobodni radikali su uzrok Alchajmerove bolesti. Antioksidansi mogu zaštititi i moždane ćelije i nerve od oštećenja koja prouzrokuju slobodni radikali.

· **Ćelijske hranjive materije pomažu u razgradnji homocisteina**

Povećan nivo homocisteina u krvi bez sumnje pospešuje Alchajmerovu bolest i demenciju. Do tog otkrića naučnici su došli dugim istraživanjem, koje je pokazalo da se povećan nivo homocisteina u krvi kod starijih osoba može povezati sa povećanim rizikom nastanka Alchajmerove bolesti (<http://content.nejm.org/cgi/reprint/346/7/476.pdf> Plasma Homocysteine as a Risk Factor for Dementia and Alzheimer's

Disease; Sudha Seshadri et al, Nengl J Med; 346; 476 – 483; 2002). Pomoću ćelijskih hranjivih materija homocistein se može pretvoriti i iskoristiti u metabolizmu. Ključne ćelijske

hranjive supstance su vitamin B6 i B12 te folna kiselina.

