

Visoke doze vitamina B₁₂ lahko zdravijo simptome Alzheimerjeve bolezni

Vitamin B₁₂ proti demenci

Zanimivo bi bilo proučiti, kolikšen odstotek Alzheimerjeve demence je posledica podhranjenosti, saj nekatere raziskave kažejo, da obstaja enostavna, poceni in popolnoma nenevarna prehranska metoda, s katero bi se ljudje lahko izognili temu trpljenju nad trpljenji, ki ga imajo mnogi za hujšega od smrti. Zdi se, da domači prehranski program z visokimi odmerki vitamina B₁₂ lahko prepreči Alzheimerjevo bolezen. Zgodnji začetek s tem tretmajem že pri prvih opozorilnih simptomih bi lahko celo prekinil proces bolezni.

Zmedenost, težave s koncentracijo, izgubljanje spomina, vidne spremembe osebnosti, ki lahko privedejo do izbruhov nasilja, halucinacije, beganje misli in zgodnja smrt so značilni za Alzheimerjevo bolezen.

Ocenjujejo, da je danes v ZDA 2,3 milijona bolnikov s to boleznijo. Pri starosti nad 60 let se obolevnost podvoji vsakih pet let in sicer zraste za 1 % pri populaciji med 60 in 64 leti ter do 40 % pri osebah, ki so starejše od 85 let.

Sesalci, vključno z ljudmi, se rojevajo s serumskimi ravnmi vitamina B₁₂ okoli 2000 pg/mL. Ta količina v času človekovega življenja upada zaradi življenjskih navad v zahodnih družbah. Klinični laboratoriji v Združenih državah štejejo 200 pg/mL za spodnjo mejo normalnega, ki jo določajo po hematoloških kriterijih. Vendar pa so nevropsihiatrični kriteriji, ki so precej višji, postali pomembnejši.

Večina primerov Alzheimerjeve demence so pravzaprav neopaženi primeri pomanjkanja B₁₂.

PRENIZKI KRITERIJI ZA NORMALNO RAVEN B₁₂

»Večina primerov Alzheimerjeve demence so pravzaprav neopaženi primeri pomanjkanja B₁₂ zaradi prenizke določene meje normalnega za B₁₂«, je leta 1991 napisal dr. med. John V. Dommisse v strokovni reviji *Medical Hypotheses*. Dommisse, ki dela kot zdravnik v Tucsonu, v Arizoni, je potrdil domneve, da se Alzheimerjeva bolezen pojavlja zaradi prenizkih ravni vitamina B₁₂ v serumu in da je dodajanje tega vitamina uspešno kljub drugim dejavnikom tveganja. Po Dommissejevih trditvah lahko jemanje B₁₂ pozdravi 75 % primerov demence zaradi pomanjkanja B₁₂ – če se jih le dovolj zgodaj odkrije.

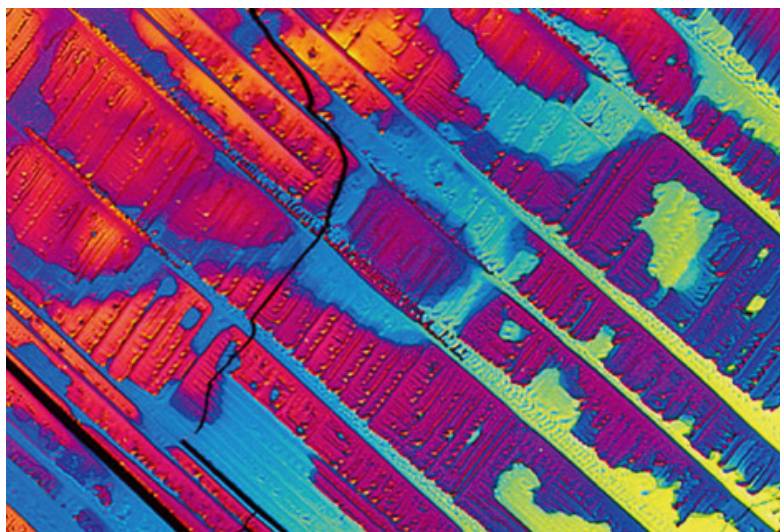
Terapija z vitaminom B₁₂ je popolnoma varna; nevarnost predoziranja je tako rekoč nična. Pacienti dr. H. L. Newbolda iz New Yorka so si neomejeno dolgo trikrat dnevno vbrizgavali trikratni odmerek B₁₂ (9.000 mikrogramov dnevno v obliki hidroksikobalamina, ki je naravna oblika). Njihove serumske ravni B₁₂ so dosegle 200.000 pg/mL (nekaj stokrat več od normalnih ravni pri novorojenčkih), a kljub vsemu nihče ni imel nobenih znakov stranskih učinkov.

DODAJANJE B₁₂ PRI DRUGIH BOLEŽNIH

Če z dodajanjem B₁₂ začnemo dovolj zgodaj, lahko znatno pomaga ne le pri Alzheimerjevi bolezni, temveč tudi pri premagovanju depresije, paranoidne psihoze, manične depresije, sindroma kronične utrujenosti, pri poslabšani imunosti, astmi, porušenem ritmu spanja in budnosti, bolezni zaradi vpliva okolice, pri nizki toleranci stresa, osteoporozi, aidsu, prehitrem staranju, multipli sklerozi, lažni Alzheimerjevi in drugih demencah.

Intramuskularne injekcije B₁₂ so privedle do navidezno čudežnih ozdravitev tudi pri drugih neozdravljivih boleznih. V številnih primerih pacientov z nasilnim obnašanjem je po zvišani ravni B₁₂ takšno obnašanje prenehalo.

Najbolj neposredna metoda vnosa megadoz vitamina B₁₂ so intramuskularne injekcije, za katere je potreben zdravniški recept ter navodila zdravnika in medicinske sestre. Tehnično ni



Mikroskopski pogled na vitamin B₁₂.



Resnice in laži wiki sveta

Neverjetna zgodba o zdravilcu Alfonsu Venu

Hrana za hišne ljubljence in njena škodljivost

Vitamin B₁₂ in Alzheimerjeva bolezen

Človeška antena in miselna energija

Izvor kršćanstva in iskanje zgodovinskega Jezusa

Spektakularni simboli – žitni krogi v letu 2007

Hrvaški dvomesečnik Nexus lahko v Sloveniji naročite po telefonu: 01/231 93 60 ali 031/662 092

VITAMIN B₁₂ PROTI DEMENCI

nič bolj zahtevna kot prebadanje zrele pomaranče s priponko in je tudi ekonomična, če si lahko injekcije pacient daje sam ali pa mu jih daje njegov partner.

Še en sprejemljiv pristop je poceni B₁₂ v dozah po 2.500–5.000 ¼g (2,5 do 5 mg) za podjezično uporabo. Rezultati kažejo, da pri tovrstnem vnašanju večji del vitamina pride v telo skozi limfni sistem. Ker obide prebavni sistem, lahko prinese več koristi.

VZROKI POMANJKANJA VITAMINA B₁₂

Poglejmo si nekaj pogostih značilnosti modernega načina življenja, ki sčasoma vplivajo na zmanjšanje ravni vitamina B₁₂ v krvi.

V poskusu segrevanja mleka v mikrovalovni pečici se je v šestih minutah v mleku uničilo 30–40 % vitamina B₁₂. Pri običajnem segrevanju je bilo potrebnih petindvajset minut kuhanja, da je raven B₁₂ toliko padla.

Vnašanje in zaloge B₁₂ v telesu so pogosto nezadostni pri milijonih ljudi, ki se desetletja hranijo s predelano zahodnjaško hrano in vitaminskimi dodatki, ki pa vendarle ne vsebuje zadosti vitaminov in mineralov. K pomanjkanju B₁₂ pa zagotovo prispeva tudi pomanjkanje esencialnih maščobnih kislin omega-3 v zahodnjaški prehrani.

Pomanjkanje B₁₂ je najpogosteje neposredna posledica hipoklorhidrije (premalo HCl ali solne kisline v želodcu) ali aklorhidrije (popolne odsotnosti HCl). Hipoklorhidrija najbrž povzroča pomanjkanje cinka in vitamina B₆ ter nezadostno količino ionizirane kalcija.

Premalo B₁₂ je tudi lahko posledica nezadostnega želodčnega izločanja majhnih odprtih beljakovinskih kapsul, pretirane rasti bakterij v črevesju, vnosa kobalamida, zaviralca B₁₂, ali pa slabe absorpcije iz kakšnih drugih razlogov.

Vzrok bi lahko bila tudi kronična prekomerna uporaba antacidov – tako tistih na recept kot tudi kupljenih v pro-

Intramuskularne injekcije B₁₂ so privedle do navidezno čudežnih ozdravitev tudi pri drugih neozdravljivih boleznih.

sti prodaji – pri velikem številu starejših oseb. Ker antacidi vsakodnevno vežejo vso kislino, B vitamini nikakor ne morejo priti do izraza. Vsrkavanje B₁₂ se na primer drastično zmanjša pri jemanju omeprazola. Med ostalimi vzroki pomanjkanja B₁₂ so tudi pretirana dolgotrajna uporaba antibiotikov in drugih zdravil za maskiranje simptomov bolezni, ki onemogočajo odkrivanje in zdravljenje njihovih vzrokov.

Mnogi veganski (popolni) vegetarijanci se desetletja prehranjujejo z malo ali pa nič hrane, ki vsebuje B₁₂. Posledica tega je, da se njihove telesne zaloge tega vitamina postopoma izčrpavajo.

O terapiji z vitaminom B₁₂ pri zdravljenju Alzheimerjeve bolezni in drugih nevroloških obolenj je objavljeno malo raziskav. Dommissse piše, da »... farmacevtska industrija izdatno sponzorira raziskave in predavanja na medicinskih fakultetah. Akademski karieristi so dojele, da se morajo, če hočejo uresničiti svoje ambicije, izogibati prehranskim raziskavam v korist farmacevtskih zdravil«.

Število objavljenih raziskav o zdravljenju proti Alzheimerjevi bolezni je presenetljivo. Da bi lahko nadaljevali svoje kariere, so avtorji teh raziskav močno denarno motivirani, da poročajo o pozitivnih rezultatih – resničnih ali pa tudi ne. Kakor koli – najboljše, kar lahko zdravila proti Alzheimerjevi bolezni storijo, je začasno prikrivanje simptomov. Temeljni vzrok, zlasti pomanjkanje vitamina B₁₂, se zaostruje z nezmanjšano hitrostjo.

Joseph G. Hattersley ❄

Celoten članek si lahko preberete v novi številki hrvaške izdaje Nexusa, ki je na prodaj tudi v Sloveniji.