

Quelle: <http://www.naturepower.ch/blog/>

Kann Kokosöl gegen Alzheimer schützen?

Die Alzheimer Krankheit betrifft weltweit annähernd 30 Millionen Menschen, allein in den USA über 5 Millionen. Diese Menschen erkennen im Endstadium weder ihre eigenen Kinder noch erinnern sie sich an ihre eigene Identität. Jetzt gibt es Hinweise, dass Kokosöl auch die Symptome dieser entsetzlichen Krankheit bessern kann.

Alzheimer zerstört Menschen

Es sind Menschen, die im harmlosen Fall Kochtöpfe im Kleiderschrank verstauen, aber nicht wissen warum. Menschen, die ohne Grund und Ziel durch die Wohnung irren. Menschen, die spontan aggressiv werden können und Menschen, die, nicht mehr wissen, welchem Zweck Einrichtungen wie beispielsweise Toiletten dienen. Einer der Betroffenen war Steve Newport.

Alzheimer-Patient Steve Newport hatte Glück

Vor sechs Jahren bemerkte Steve die ersten Anzeichen von Alzheimer. Die Krankheit verschlechterte sich so rapide, dass er sich schließlich nicht mehr daran erinnern konnte, welche Jahreszeit oder welcher Monat geschweige denn welches Jahr gerade war. Steve hatte jedoch Glück. Seine Frau, Dr. Mary Newport hörte von einem neuen Alzheimer-Medikament. Es befand sich noch in der Testphase und man suchte für eine klinische Studie mit diesem Medikament noch Teilnehmer.

Leider traf Steves Bewerbung zu spät ein, so dass er nicht mehr angenommen werden konnte. Seine Frau jedoch gab nicht auf. Sie erkundigte sich nach den Inhaltsstoffen des neuen vielversprechenden Medikaments und fand heraus, dass es aus sog. Mittelkettigen Triglyceriden (MCT) bestand.

Kokosöl statt Medikamente?

Da Kokosöl einen hohen Gehalt (60 Prozent) an MCT aufweist, verordnete Dr. Newport ihrem an Alzheimer erkrankten Ehemann kurzerhand die tägliche Einnahme von Kokosöl. Gleichzeitig sorgte sie dafür, dass Steve seine bisherigen Alzheimer-Medikamente absetzte. Sie hatten offenbar keine hilfreiche Wirkung, da sich Steves Zustand weiter verschlechtert hatte und sich zu allem Überfluss auch noch die negativen Nebenwirkungen der Medikamente zeigten.

Er war apathisch geworden, hatte Appetit verloren und dadurch immer mehr abgenommen. Dann nahm Steve täglich zwei Teelöffel Kokosöl ein. Überrascht und glücklich stellten die Newports fest, dass sich Steves Zustand plötzlich immer weiter verbesserte und er sich bereits nach kurzer Zeit glasklar an das aktuelle Datum erinnern konnte. „Es war als würde das Öl einen Schalter in seinem Gehirn anknietsen und ihn wieder klar denken lassen!“, erzählte Dr. Newport.

Plötzliche Besserung

Bevor Steve mit der Einnahme von Kokosöl begonnen hatte, konnte er sich nicht mehr daran erinnern, wie man das Ziffernblatt einer Uhr zeichnet. Das Ergebnis waren mehrere runde Kringle auf einem weißen Blatt Papier. Zwei Wochen nach Beginn seiner Kokosöl-Therapie zeichnete Steve bereits etwas, das deutlich ein Ziffernblatt erkennen ließ.

Nach 37 Tagen mit täglich zwei Teelöffeln Kokosöl wurde Steves Zeichnung noch genauer. Weitere fünf Monaten später ließ auch Steves Zittern nach und seine Sehstörungen, die ihn vom Lesen abgehalten hatten, waren mit einem Male verschwunden. Er interessiert sich jetzt wieder für das Geschehen und die Menschen um ihn herum.

Dr. Newport betont jedoch, dass Kokosöl sicher kein Heilmittel für Alzheimer sei, doch schein es schlicht zu helfen. Begeistert von diesen wunderbaren Erfahrungen mit Kokosöl, verbreitet Dr. Newport nun weithin die Nachricht dieser kostengünstigen und darüber hinaus auch nebenwirkungsfreien Maßnahme bei Alzheimer.

Wie schützt Kokosöl vor Alzheimer?

Wie aber schützt Kokosöl vor Alzheimer? Bei der Verstoffwechslung von MCT-Fetten entstehen Ketone. Ketone sind Stoffwechselprodukte, die beim Abbau von Fett anfallen und mit dem Urin ausgeschieden werden. Normalerweise baut der Körper aber kein Fett ab.

Insbesondere das Gehirn verwendet zur Energiegewinnung Glucose. Nur wenn keine Glucose mehr vorhanden wäre (bei speziellen kohlenhydratfreien Diäten, Fastenkuren, in Hungersnöten etc.), greift der Organismus auf seine Reserven (Fett) zurück.

MCT-Fette aber werden nicht zu Fettreserven eingelagert, sondern ähnlich wie Kohlenhydrate sofort zur Energiegewinnung eingesetzt, wobei die erwünschten Ketone entstehen. Erwünscht sind sie deshalb, weil genau diese Ketone aktuellen Forschungen zufolge vor Alzheimer schützen, ja Alzheimer sogar lindern sollen.

Gehirn nutzt Kokosöl als Energiequelle

Studien hatten gezeigt, dass das Gehirn von Alzheimer-Patienten schon im Frühstadium nur noch unzureichend Glucose nutzen würde und daher mit Energie unterversorgt sei. Ohne Glucose aber sterben die Gehirnzellen. Wird natives Kokosöl eingenommen, dann steht dem Gehirn auch weiterhin eine adäquate Energiequelle zur Verfügung, die es für ein einwandfreies Gedächtnis und gesunde kognitive Funktionen nutzen kann.

Aus diesem Grunde begann die Pharmaindustrie mit der Synthetisierung von MCT im Labor. Die natürlichen MCT aus nativem Kokosöl jedoch verbleiben mehr als doppelt so lange im Körper wie die synthetische Variante der Pharmakonzerne, die nur drei Stunden im Körper verweilt.

Kokosöl im Wandel der Zeit

Kokosöl hatte viele Jahrzehnte lang einen schlechten Ruf. Der Grund war einerseits, dass man nicht alles über Kokosöl wusste und aus dem vorhandenen Wissen die falschen Schlüsse zog. Andererseits steckten die Machenschaften der Lebensmittelindustrie dahinter: Früher war Kokosöl Bestandteil vieler Fertigprodukte (Süßwaren, Backwaren etc.). Dann entdeckte die Lebensmittelindustrie irgendwann einmal die Vorteile der Hydrierung von Ölen.

Öle werden durch diesen Prozess haltbar gemacht und können in Form nie verderblicher Margarine verkauft oder in Form hydrierter Speiseöle in Fertigprodukte gemischt werden. Das führte automatisch zu niedrigeren Produktionskosten. Nun mussten nur noch Kunden für die hydrierten Fette gefunden werden.

Dazu startete man eine Art Angstkampagne. Man verbreitete die Falschaussage, Kokosöl würde dick machen sowie den Cholesterinspiegel heben <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/cholesterin.html> und auf diese Weise zu Herzinfarkten und Schlaganfällen führen. Diese Aktion ließ dann auch wie vorgesehen die Verkaufszahlen für Margarine in die Höhe schnellen.

Gesund sein mit Kokosöl

Für die Gesundheit der Konsumenten war das sehr schade, denn Kokosöl erhöht zwar zweifelsohne den Cholesterinspiegel – allerdings nur den HDL-Cholesterinspiegel (HDL = gutes Cholesterin), was

zu einem reduzierten Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall führt. Doch nun aßen die Menschen minderwertige hydrierte Fette samt der ihnen innewohnenden schädlichen Transfettsäuren (die im Kokosöl fehlen) und – im Gegensatz zum Kokosöl – tatsächlich Herz und Gefäße schädigen können.

Darüber hinaus kann Kokosöl – im Gegensatz zu anderen Fetten – ohne Gallenflüssigkeit vom Körper aufgenommen werden und eignet sich daher auch vorzüglich in der Ernährung bei Fettstoffwechselstörungen. Zusätzlich unterstützt Kokosöl als MCT-Fett – trotz höherer Kalorienzahl – die Reduktion des Körpergewichtes auf gesunde Weise. Und wenn Kokosöl jetzt außerdem das Gehirn gesund und sauber hält – um so besser.