

FÜR SIE GELESEN

Bredesen, Dale E.: Die Alzheimer-Revolution. Das erste Programm, um Demenz vorzubeugen und zu heilen.

338 Seiten, Hardcover, mvg Verlag, München 2018.

Preis: 24,99€ (D).

ISBN: 978-3-86882-900-6



Hinter diesem etwas „amerikanischen“ Titel verbirgt sich ein sehr spannendes Buch zum Thema Demenz und Alzheimer-Erkrankung. Dieses ist besonders aktuell, nachdem Anfang 2019 zwei führende Pharma-Unternehmen zum wiederholten Mal nach Milliardeninvestitionen ihre klinischen Studien zur Zulassung eines hochgepreisenen Medikaments zur Behandlung neurodegenerativer Erkrankungen wegen Wirkungslosigkeit abbrechen mussten.

Dale E. Bredesen, international renommierter Direktor des „Center for Neurodegenerative Disease Studies“ an der „David Geffen School of Medicine at UCLA“ in Los Angeles, und seit über 30 Jahren in der Alzheimer-Forschung tätig, stellt in diesem Buch seine Forschungsergebnisse und die Schlussfolgerungen bezüglich einer multifaktoriellen Ursache der Alzheimer-Erkrankung vor sowie ein von ihm und seinem Forscherteam entwickeltes, wissenschaftlich dokumentiertes Programm, um neurodegenerative Erkrankungen wie Demenz und Alzheimer zu stoppen und sogar zu heilen. Den multifaktoriellen Ursachen entsprechend hat der Schulmediziner und Grundlagenforscher Dr. Bredesen einen individualisierten Behandlungsansatz entwickelt, welcher „zu seiner eigenen Überraschung“ auf den Grundsätzen der integrativen Medizin beruht.

In diesem Buch beschreibt er in den Kap. 2–6 die wissenschaftliche Odyssee, die zu seinem Programm führte. In Kap. 7 werden alle Tests zur Beurteilung des individuellen kognitiven Abbaus erklärt. Kap. 8 und 9 helfen bei der Interpretation der Testergebnisse zur Bestimmung einer individualisierten Therapie bzw. Prävention. In den Kapiteln 10–12 gibt der Autor Anleitungen, wie der Leser für sich selbst die besten Ergebnisse erzielen und gesund bleiben kann.

Was verursacht die Alzheimerkrankheit?

Dr. Bredesen hat zusammen mit seinen Mitarbeitern 36 Faktoren herausgefunden, die Alzheimer auslösen können, und erklärt dabei auch für Laien verständlich die biochemischen Vorgänge.

Der Autor nennt folgende Risikofaktoren, die zu Alzheimer führen können: Genetik, Entzündungen, Infektionen, Homocystein, Insulinresistenz, Schilddrüsenstatus, Glutathion und Selen, Schwermetalle, Schlafmangel, „Leaky-Gut“-Syndrom, Blut-Hirn-Schranke und Glutenunverträglichkeit. Darüber hinaus teilt er die Alzheimer-Krankheit in drei Subtypen ein. Da sie auf unterschiedlichen biochemischen Vorgängen beruhen, sollten sie auch unterschiedlich behandelt werden. Diese drei Typen entstehen, wenn sich das Gehirn vor den folgenden drei metabolischen und toxischen Bedrohungen zu schützen versucht: Entzündung, Mangel an wichtigen Nährstoffen und Hormonen, giftige Substanzen.

Der Autor versteht sein Buch als Leitfaden, das auch für Laien verständlich geschrieben ist, mit dessen Hilfe der Leser Schritt für Schritt den geistigen Abbau im Frühstadium der Alzheimerkrankheit oder deren Vorläufer – leichte kognitive Beeinträchtigungen – „dauerhaft verhindern kann“. Die Anweisungen sind laut Dr. Bredesen vor allem für Personen wichtig, die das ApoE4-Gen in sich tragen, den größten bekannten Risikofaktor für Alzheimer. Die eingestreuten Fallgeschichten verschiedener Patienten veranschaulichen die Therapie mit dem ReCODE-Programm. Im Anhang werden Nahrungsmittel genannt, die man essen oder eher meiden sollten, weiterführende Links sowie die Grundlagen des ReCODE-Programms kurz zusammengefasst. ■

*Für Sie gelesen hat
Dr. Milos Tomic, CH-Lutry*