

# En kur for alz

Kan vidundermiddelet mot alzheimer være d-vitamin og gurkemeie i store mengder?

Milan Fiala tror det. Og vil teste teorien sin i Norge.

Sarah Hambro og Øyvind Elvsborg (foto)

**H**ALVPARTEN AV ALLE eldre over 85 år har Alzheimers sykdom, som er den viktigste årsaken til demens. Innen 2050 vil eldrebølgen ha sørget for dobbelt så mange pasienter med en hjerne i fullt forfall. Ennå finnes ingen kur, bare medisiner som kan stagge sykdomsforløpet med noen måneder.

Kan løsningen ligge i kostholdet?

Forskeren Milan Fiala ved University of California i Los Angeles (UCLA) tror det. Han tror Alzheimer er et resultat av et immunsystem som ikke fungerer godt nok, og at nøkkelen til alzheimergåten kan ligge i å styrke immunforsvaret med store mengder vitamin d og curcumin, virkestoffet i krydderknollen gurkemeie. Nå håper han å teste teorien sin i Norge, i samarbeid med kosttilskuddsprodu-senten Smartfish og blant annet Akershus Universitetssykehus.

– Vi tror vi kan ha en test som kan forutsi utviklingen av sykdommen. Den vil være en blodprøve på linje med kolesteroltester, som kan fortelle pasienter hvordan de ligger an og hva fremtiden kan bringe, sier Fiala, som i forrige uke besøkte forskningsmiljøet i Oslo for å diskutere et potensielt samarbeid.

Har han rett, kan det bli mulig å forutse alzheimer og stoppe, eller i hvert fall forsinke, sykdommens herjanger i hjernen.

**Rammer tilfeldig.** Alzheimer er ikke lett å forske på. Av naturlige årsaker kan man ikke ta vevsprøver av levende hjerner. Diagnosen stiller man ved psykologiske tester og skanning av hjernevevet. Forskningen på levende vesener foregår på hunder med arvelig alzheimer. Problemet er bare at hos mennesker er 95 prosent av alzheimertilfellene ikke nedarvet. Og dagens tester gjør ikke annet enn å påvise sykdommen; de sier lite om hvordan den oppstår.

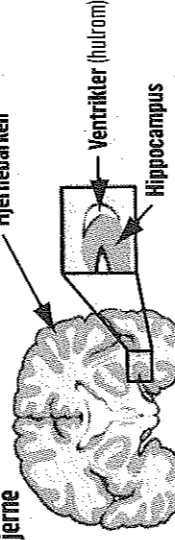
Den opprinnelig tsjekkiske legen Fiala forsket i mange år på immunforsvarets reaksjon ved infeksjoner som hiv og cytomegalovirus. Nå er han en etablert alzheimerspesialist.

– Vi begynte å se på alzheimerpasienters hjerner og så at immunforsvaret ikke hadde arbeidet som det skulle der. Etter å ha observert hjernene, begynte vi å studere blodet. Vi tok blodprøver og så hvordan det påvirket hjernevev hos avdøde alzheimerpasienter, sier han.

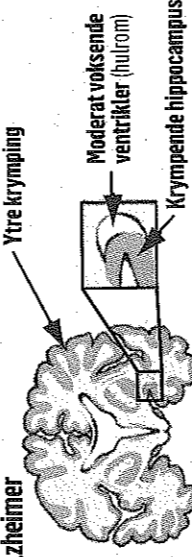
**Floker seg til.** Den ledende teorien om hva som forårsaker alzheimer, er et protein ved navn amyloid-beta. Hos de få som er arvelig disponert for sykdommen og får den relativt tidlig, ser amyloid-beta ut til å bygge seg opp i hjernen i for stor grad, mens hos dem som

## Alzheimers sykdom

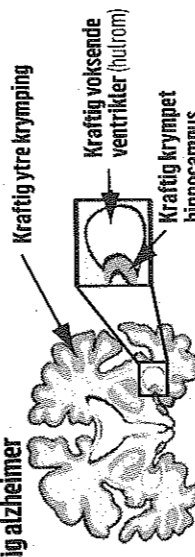
Frisk hjerne



Mild alzheimer



Alvorlig alzheimer



201019 Dagens Næringsliv grafikk  
Kilde: Alzheimersesearchtrust

hans ennå teoretiske medisin kan hjelpe mange. Går man inn på et tidlig nok tidspunkt, vil det bli mulig å stagge prosessen som ødelegger så mye av hjernen.

Både d-vitamin og curcumin har en kjent effekt på immunsystemet. I tillegg, sier Fiala, ser det ut som om begge deler kan ha en innvirkning på intelligensen.

– Det er gjort en rekke studier som viser at tilstrekkelig med d-vitamin gir høyere iq. I tillegg har noen forskere studert kostholdet til forskjellige etniske grupper i Singapore, og de som hadde et kosthold med høyt innhold av curcumin, så ut til å ha høyere iq enn andre, sier Fiala.

Han ønsker likevel å være forsiktig med å tro for mye:

– Vi vet ennå ikke om dette vil gjelde for alle, eller på hvilket stadium av sykdommen det eventuelt vil hjelpe, sier han.

**Potensielt kinderegg.** Avdelingsleder for nevroklinikken ved Akershus Universitetssykehus, professor Tormod Fladby, er blant dem Fiala er i dialog med om potensiell utprøving. Fladby sier Fialas teori er interessant, men at det er nødvendig å teste den ut over flere år, med mange pasienter som er godt karakterisert for å se om han har rett. Ikke minst vil det være nødvendig å undersøke immunaktivitet hos pasienter som ennå ikke er blitt demente, men opplever en mild kognitiv svikt. Alzheimer utvikler seg over lang tid, og når pasienten blir dement, er skaden på hjernen så stor at den er uopprettelig.

Fladby sier dessuten at det ennå er usikkert om man får Alzheimers sykdom av å ha et svekket immunforsvar, eller om man kan få et svekket immunforsvar av å ha alzheimer.

– Vi vet at alzheimer tidlig angriper blant annet cingulum, et senter i hjernen der skade kan gi apati, depresjon, dårlig regulert væske- og matinntak og hukommelsessvikt. Dermed kan det også vise seg at et svekket immunforsvar ikke er en primær årsak til Alzheimers sykdom, men en sekundær følge: Pasientene som får alzheimer, får også dårlig appetitt og kosthold, som igjen gir dem et dårlig immunforsvar, sier han.

Men skulle Fialas teorier holde stikk også i klinisk forskning, vil de få stor betydning for alle involverte:

– Hvis immunsvikt reduserer evnen til å fjerne skadelige proteiner i hjernen, og opptrer tidlig i sykdomsutviklingen, kan videre sykdomsutvikling kanskje forebygges ved endring av kosthold eller andre tiltak. Det kan gi færre sterkt pleietrengende syke, mindre pårørendebelastning og lavere utgifter for helsevesenet, sier Fladby.

Rene kinderegget, med andre ord.  
sarah.hambro@dn.no

■ Hjernesykdommen ser ut til å forårsakes av proteinavleiringer i hjernen. Protein- opphopningene ødelegger hjerneceller og koblingene mellom dem. Pasienten mister etterhvert hukommelse, lærevne og evnen til å fungere på egenhånd.

■ Årsaken er ennå ukjent.

får sykdommen i høy alder, tyder mye på at problemet er at kroppen ikke klarer å fjerne proteinet. Isteden blir det liggende og forårsaker skade på hjerneceller og synapser.

Fiala og hans kollegers teori er at immunsystemet ikke gjør jobben sin godt nok. Immuncellene klarer ikke krysse blod-hjernebarrieren, hente med seg amyloid-beta og kvitte seg med det på egnet sted. Isteden blir det liggende, i floker og krøller. Amyloid-beta-flokene ødelegger nevroner og synapser, og med det hjernens evne til å tenke, huske og orientere seg.

Bloodprøven Fiala og kollegene har utviklet, analyserer nettopp immuncellenes evne til å gå inn i hjernevevet og rydde vekk amyloid-beta.

**Mat som medisin.** Alzheimer er en snikende sykdom. Ofte har den kommet ganske langt før det slår pasienten selv – eller omgivelsene – at det er snakk om en sykkelig svikt i hjernen. Og det er her – på et tidlig stadium – Fiala tror