

Elena Gross – Ketosen gav mig livet åter (förhandstitt 2)

Elena Gross: Det finns väldigt lite läkemedel som man kan erbjuda migränpatienter. Allt vi har är inlånat från andra sjukdomar. Antidepressiva, antiepileptiska, kanske betablockerare... Man vet inte riktigt varför de fungerar, för det mesta är bieffekterna hemiska och de är inte ens särskilt effektiva. Ketoner och ketogen kost, inte bara lågkolhydratkost utan fet kost, har väldigt lite bieffekter och är ofarligt. Barn har ätit ketogen kost i tio år utan märkbara allvarliga bieffekter eller effekter på tillväxten. Så vi vet att det är ofarligt, och det är mer effektivt än allt annat vi har. Data från enmånadersinterventioner i Italien har visat att bara en månad med ketogen kost för omkring 15 migränpatienter minskade anfällen med 80 %.