

LCHF FÖR LÄKARE Del 3 – LCHF i andra situationer

David Unwin: Det är också intressant att tänka på andra situationer där LCHF kan ge fina resultat. Jag tänker på viktninskning. Många patienter jag tar emot har värk i knän, höfter och fötter. De har stor hjälp av viktninskning. Där har vi en ortopedisk applikation.

Sen har vi andning. Längre blundade jag för elefanten i rummet när patienter hade andningssvårigheter. Andnöden kanske beror på hjärtfel, astma eller något annat, men om man väger 125 kilo, om man är kraftigt överviktig, så hjälper det att gå ner i vikt. Jag har återkommande patienter som vittnar om att andningen har blivit bättre. Det är också en grupp som kan ha nytta av det här.

Sen har vi endokrina sjukdomar som polycystiskt ovariesyndrom. En patient hade inte haft mens på 15–20 år, men den kom tillbaka när hon gick ner 25 kilo med hjälp av LCHF.

Jag har också haft patienter med eksem. Många unga patienter med svåra eksem. I deras fall verkar det ha hjälpt särskilt att sluta äta bröd. Det har också hjälpt vid psoriasis. Så som ni märker kan LCHF och viktninskning göra stor nytta för många olika patientgrupper. En av de vanligaste sakerna där jag märkt att LCHF hjälper är när unga kvinnor har problem med svullen mage. I många år hade jag inget råd att ge dem. Jag har märkt att LCHF ger snabb hjälp där. De tar ju inte skada av det, så det är värt ett försök.