

Èvelyne Bourdua-Roy & Hala Lahlou – föredrag i Breckenridge 2018 – förhandstitt 2

Hala Lahlou: Det här är ett favoritämne, så jag ska försöka fatta mig kort, men det går inte. Vad är då avancerade glykationsslutprodukter, "AGE"? Jo, det är produkter av att glukos binder till proteiner. Det kan ske när vi äter mat, eller i våra egna kroppar. Om man tar kraftigt processad mat med kolhydrater, proteiner och onyttiga fetter och tillagar den i hög temperatur så bildas tvärbindingar mellan glukos- och proteinmolekylerna. När de passerar genom matsmältningssystemet binder de vid receptorer som AGE-receptorer eller "RAGE". Det ger upphov till inflammation, apoptos och ödeläggelse, inte bara i tarmen, utan i flera andra organ.

Det gäller alltså AGE som kommer från kosten. Men AGE bildas också i vår egen kropp. Om vi har högt blodsocker så ligger inte glukosen bara där. Den försöker bli kompis med proteiner och bildar tvärbindingar genom så kallade maillardreaktioner. Och så bildas så kallat glykolyserat hemoglobin, HbA1c. Men det pågår inte bara i blodet, utan i all vävnad. I hjärnan, i njurarna, i ögonen... Och de är illa beryktade. Vi förknippar saker som alzheimer, diabetesnefropati med AGE.

ur hänger det ihop med kronisk smärta? Jo, det sker även i nerver och orsakar diabetesneuropati. Det sker i små blodkärl, vilket gör dem stela och trånga. Det hindrar blodgenomströmningen i vävnad vilket resulterar i ischemisk smärta. Det sker i musklerna och gör dem stela. Det sker i våra leder och orsakar inflammation och åldrande i förtid, det som vi kallar för artros.