

Paul Mason – föredrag i Denver 2019 – förhandstitt 1

Han räckte över ett brev till mig. Han hade nyligen ansökt om inkomstbortfallsförsäkring, men blivit underkänd i de medicinska testerna. Här ser ni honom. Bilden är tagen några dagar efter han fick brevet. Han är 48 år, tränar regelbundet och råkar dessutom äta ketogen högfettkost.

Det här är en så kallad DXA-skanning som visar hans kroppssammansättning. Det blå är muskelvävnad och det röda är fett. Jag fattade det inte. Hur kunde de bedöma att det var för riskabelt att försäkra den här mannen? Jo, på grund av hans kolesterol.

Här ser ni hans värden, som försäkringsbolaget grundade beslutet på. Här är värdena i amerikanska mått. Till höger ser ni riktvärdena som hans värden ska ligga inom. Där ser man att hans LDL på 6,7 mmol/l var det som felade. Försäkringsbolaget var oroliga för att detta höga LDL-värde skulle ge honom hjärtinfarkt.

Aterosklerosplack är ju fulla av LDL-kolesterol och det måste väl bero på höga nivåer i blodet? Nej. Detta närsynta perspektiv bortser från det faktum att LDL och kolesterol behövs för en bra hälsa. De är livsnödvändiga, punkt slut.

LDL kan både vara bra och dåligt. Och processen som omvandlar bra LDL till dåligt drivs inte av fett i kosten, utan av kolhydrater. Det beror på att kolhydrater, också de förment nyttiga komplexa kolhydraterna, består av socker. De består av glukosmolekyler. När man äter kolhydrater hamnar glukosen i blodomloppet, och kan ställa till skada på LDL-partiklarna.