

## Ivor Cummins - Denver 2019 - förhandstitt

Det stora problemet är att media, regeringar och hälsoväsenden i 50 år har stirrat sig blind på kolesterol. Och de gör det än. Med risk för att man inte tar tag i elefanten i rummet: De mycket viktigare orsakerna på vår mållista.

Jag har en asterisk på inflammatoriska pådrivare då de inbegriper många inflammatoriska och autoimmuna sjukdomar som ökar risken för hjärtattack tio gånger mer än alla blodmarkörer.

Så det finns många grundläggande orsaker i den här listan. Ironin är att de här orsakerna skadar lagerna som i sin tur ger kolesterolet äran för hjärtattacker. Okej?

En ännu större ironi är att det massiva fokuset på kolesterol och fetter i 50 år har gett upphov till såna här rubriker. De här är från de senaste veckorna. För kolhydratsnåla kostes anses farliga och anses höja fett- och kolesterolhalter.

Det här är det senaste. Hjärtrytmstörningar. Jag har inte läst den, men vet vad det lär vara: associativt babbel. Och som Priyanka visade tidigare: Den här farsfesten. Jag menar... Det går inte att hitta på. Men det gjorde de. För i samband med undersökningen anlät Barilla ett PR-företag för att spinna vidare på det. Man vet inte om man ska skratta eller gråta.

Problemet med det här är att det dämpar viljan att gå över till kolhydratsnål eller ketogen kost. Och eftersom majoriteten av vuxna nu är i det närmaste diabetiker, behövs kolhydratsnål och ketogen kost för att åtgärda orsakerna eller åtminstone bidra till att lösa dem. Men de här människorna står i vägen. Så vi måste fortsätta bemöta dem.