

nemoc, a když její mamince bylo něco přes osmdesát, začaly se u ní objevovat velmi podobné symptomy. Nejdříve opakovaně ztrácela klíče a kabelku, potom se několikrát snažila nastoupit do špatného auta nebo nakupovala dvakrát za sebou tytéž věci. Zapomnětlivost ji velice skličovala, takže začala být velmi přecitlivělá a měla velké potíže se zvládnáním situace. Její myšlení a uvažování už nebylo tak bystré jako dřív. Geriatr jí diagnostikoval rychle postupující formu Alzheimerovy nemoci a jeho prognóza se podle všeho vyplňovala; v průběhu několika dalších měsíců se nemoc zhoršovala a maminka začala trpět úzkostmi, byla agresivní, dokonce vyhrožovala svému manželovi i jiným lidem násilím, což vše pro ni bylo naprosto neobvyklé.

Catherine brala svou matku často na celý den nakupovat a do restaurací, jak to dělávala vždycky. Nyní však viděla, že se maminka neustále opakuje a pokládá pořád dokola tytéž otázky. V autě si třeba vzala peněženku, s velkým překvapením z ní vytáhla peníze, vrátila je zpátky a peněženku zase odložila, jen aby přesně totéž po pár chvílích zopakovala. V restauraci snědla celou svou porci a na odchodu své dceři řekla, že má hlad, a ptala se, kdy už se půjdou najíst. Ve městě také otevřeně slovně napadala cizí lidi. Přestala luštit křížovky, psát si seznamy, šít, vařit a prát prádlo. Byla posedlá myšlenkou, že jí někdo stále bere peníze, a Catherine brzy zjistila, že maminka už není schopná udržovat si přehled o financích. Její stav se dále zhoršoval a začátkem roku 2012 ztratila zájem o nakupování a návštěvy restaurací. Pohled měla skelný, její tvář ztratila výraz a zmrtvěla.

V únoru 2012 poslala Catherine jedna kamarádka odkaz na YouTube na video o účincích kokosového oleje při Alzheimerově nemoci. Rodina proto začala podávat mamince kokosový olej: nejprve jednu čajovou lžičku, potom postupně čím dál víc. Po dvou týdnech si povšimli, že maminka má lepší náladu a že jako by získávala nový zájem o život. Po šestiměsíční pauze se Catherine rozhodla vzít maminku zase nakupovat; její matka se sama nachystala na cestu, a dokonce sama dceři zatelefonovala, aby se přesvědčila, že je vše v pořádku – něco, čeho nebyla schopná mnoho měsíců. Už po pár týdnech začala mít zájem o sledování zpráv, čtení časopisů a zahradničení; začala opět vařit, šít a prát prádlo. Byla bystřejší a veselejší, častěji sama zahajovala konverzaci. Čtyři měsíce potom, co začala užívat kokosový olej, byla na kontrole u lékaře; její skóre v krátkém testu kognitivních funkcí MMSE se zlepšilo z 25 na 30 bodů a kresba hodin byla nyní perfektní. Rodina řekla lékaři o kokosovém oleji a on odpověděl: „Ať jí dáváte cokoli, pokračujte v tom, protože to funguje. Už to není ta churavějící dáma jako předtím.“

Catherine se mnou zůstala v kontaktu a nyní, o více než dva roky později, tvrdí, že její matka (které je teď 83 let), se dále zlepšuje, je stabilizovaná a daří se jí velmi dobře. Má velký smysl pro humor, stále samostatně vaří a zahradničí a už si zase píše seznamy, aby měla o všem přehled. Dokonce se vrátila k šití a luštění

křížovek. Catherine celý příběh zdokumentovala v krásné a s láskou napsané knize *Thoughts of Yesterday* (Myšlenky včerejška, 2013, viz také www.CatherineFrayne-Author.com).

Jak Gloriin manžel utekl z hospicu

V roce 2010 jsem navštívila jedno sanatorium severně od Tamy na Floridě, abych si promluvila s pečovateli a personálem o kokosovém oleji a ketonech při Alzheimerově a jiných demencích. O tři roky později mě pozvali znovu a hned po příjezdu mě přivítala usměvavá Gloria, manželka jednoho ze zdejších pacientů, která si tu vyslechla mou první přednášku. Oběma už je přes devadesát let a Gloriin manžel tu v roce 2010 pobýval v hospicové péči. Trpí Alzheimerovou nemocí, patřil k ležícím pacientům a sotvakdy mluvil. S jídlem měl takové problémy, že shodil přes 30 kilogramů a jeho hmotnost se blížila 50 kilům. Po mé přednášce v roce 2010 začala Gloria důsledně a s pomocí personálu hospicu podávat manželovi kokosový olej. Muž postupně začal vstávat z postele, pouštět se do konverzací a poznávat svou ženu. Chuť k jídlu se mu zlepšila tak, že nabral zpátky 25 kg a byl propuštěn z hospicové péče. Dosud bydlí v sanatoriu a Gloria s ním tráví celé dny. Ukázala mi dvě fotky: jednu z roku 2010, kde její manžel leží v posteli zcela bez výrazu; a druhou novější, kde vedle Glorie sedí hezky oblečený pán a oba se krásně usmívají.

Symptomy pod zámkem

E-mail od manžela ženy s Alzheimerovou nemocí z 23. října 2013: „[Joanne] teď bere PKO [panenský kokosový olej] 28 týdnů a strašně se zlepšila – jsme teď na sedmi lžících denně, ale nebereme žádné další MCT, o kterých jste mluvila. Tenhle pátek ji plánujeme přivést domů; bude tu s ní bydlet nonstop pečovatelka. Hrozně se těším a myslím, že to pomůže i Joanně – denní sestra se jí zeptala, jestli je ráda, že jde domů, a ona řekla: ‚Nevím, jestli tam s ním vydržím...‘ Zdá se, že díky vám a PKO jsme tu nemoc aspoň prozatím dokázali zastavit.“

O tři dny později, 26. října 2013, napsal: „Dnešek je přelomový – po osmi a půl měsících v rehabilitačním zařízení a šesti a půl měsících na PKO je Joanne oživená – plná energie – čilá – silná – zdravá – zapojená – může číst – hodně se směje (k neuvěření) – usmívá se – zkusí mluvit, ale někdy se jí nedaří dokončovat věty – a celkově je o 100 procent lepší než 17. února 2013, kdy byla hrozně nemocná a slabá. Včera jsme opustili sanatorium a odvezli ji domů – bydlí tu s námi ošetřovatelka, která se o ni nepřetržitě stará, vaří jí a má ji moc ráda – pracovala v sanatoriu, kde Joanne byla, a zná ji teď podle mě ze všech lidí na světě nejlíp, a tak se rozhodla, že by se o Joannu chtěla starat i dál, doma – ještě před osmi měsíci bych něco takového nepovažoval za možné, ale stalo se to a my za to vděčíme doktorce Mary.“

Jak „K“ zase našla slova

E-mail od manžela ženy s Alzheimerovou nemocí s časným začátkem z 23. ledna 2014: „Má žena, nyní 63 let, má od 62 let diagnózu Alzheimerovy nemoci s časným začátkem, i když symptomy se objevily už předtím. Asi po roce užívání standardních léků jsme v prosinci 2013 přidali kokosový olej. Pomohl jí, i když ‚K‘ si to podle všeho neuvědomuje. Mnohem lépe mluví, daleko méně hledá slova. Začalo to hned a dál se to zlepšuje. Dnes je společensky více zapojená, snad proto, že je pro ni jednodušší mluvit. Vidím u ní i další zlepšení, méně deprese a frustrace. Snad i určitý pokrok ve vzpomínání na starší události. ... Ta nemoc postihla celou její rodinu, objevila se u její matky a starší sestry, ale příznaky se u každé z nich vyvinuly v o něco mladším věku.“

Matka opět zvedá telefon

E-mail od Francouzky, jejíž matka má Alzheimerovu nemoc, z 21. února 2014: „Má matka má AN nyní již v pokročilém stadiu. Chci u ní zkusit kokosový olej – a u sebe také.“ Již 28. února 2014 mi napsala: „Už po jednom týdnu léčby nevěřím vlastním očím! Právě jsem mluvila s matkou po telefonu! Nejdříve telefon zvedla, což bylo ještě před týdnem zhola nemožné, a pak se mnou úplně plynule mluvila! Minulý týden bylo hledání slov prakticky nemožné. Výsledky jsou ohromující!“ A v dalším psaní z 12. března 2014 mi napsala: „Maminka se smála, byla veselá a dělala si legraci. Jsem taaaaak ráda, že ji zase vidím takhle! Jen jediná malá lžička v poledne a večer patnáct dní za sebou. Matka mluví mnohem plynuleji, nachází více slov, lépe si pamatuje a chápe. Samozřejmě že není všechno dokonalé, máme pořád spoustu těžkostí, ale proti minulému měsíci je opravdu ve fantastické formě!“

DALŠÍ FORMY DEMENCE

Demence je souhrnný výraz používaný k popisu několika různých onemocnění postihujících mozek. Podle on-line slovníku Free Dictionary je demence definovaná jako „ztráta duševních schopností, která je natolik závažná, že zasahuje do běžných činností každodenního života, trvá nejméně šest měsíců, není přítomná od narození a není spojená se ztrátou nebo změnami vědomí“ a skládá se ze skupiny symptomů způsobených odumřením mozkových buněk, „jež vede k poškození paměti, uvažování, plánování a chování“ (www.thefreedictionary.com). Alzheimerova nemoc je nejběžnější formou demence, která v USA reprezentuje minimálně polovinu případů, ale existuje i velký počet dalších druhů demence, z nichž některé si představíme v této kapitole. Podrobnější informace o každé z těchto poruch lze nalézt na webové stránce divize Národního zdravotního institutu USA (NIH) jménem Národní institut pro neurologické poruchy a mozkovou mrtvici (www.ninds.nih.gov).

Přesný druh či druhy demence v současnosti nelze přesně stanovit bez pitvy, takže dostane-li živý člověk určitou diagnózu, jedná se vždy o „nejlepší odhad“ založený na zobrazovacích metodách jako magnetická rezonance (MRI) a kognitivní testování. Znak, který mají všechny zde uvedené druhy demence, včetně vaskulární demence, společný, je problém snížené absorpce glukózy do mozku. Některá z těchto onemocnění byla a jsou zkoumána více než jiná v souvislosti s otázkou, zda toto snížení absorpce glukózy je výsledkem inzulínové rezistence nebo nějakého jiného faktoru. Ať tak či tak, zkusíte-li užívat triglyceridy se středně dlouhým řetězcem v podobě kokosového nebo MCT oleje, nemáte co ztratit, protože ketony vzniklé jejich konzumací mohou problémy s transportem glukózy do mozku a do postižených mozkových buněk potenciálně obcházet.

DEMENCE S LEWYHO TĚLÍSKY

Podle letáku NIH *Demence s Lewyho tělísky: Informace pro pacienty, rodiny a profesionály* tato forma demence již předběhla vaskulární demenci na místo druhé nejběžnější formy demence po Alzheimerově nemoci. Postihuje přes 1,3 milionu Američanů a představuje po celém světě asi 20 % demencí. NIH uvádí, že řada lidí s touto demencí dostane chybnou diagnózu Alzheimerovy nemoci, ale že někteří lidé s tímto onemocněním trpí současně i Alzheimerovou či Parkinsonovou nemocí. Na rozdíl od plaků a klubek v mozku lidí s AN se v mozku lidí s demencí s Lewyho tělísky (DLT) objevují abnormální úložiště bílkoviny zvané alfa-synuklein, která ovlivňují myšlení, pohyb, chování i náladu. DLT vstoupila v širší

povědomí po náhlé sebevraždě slavného herce Robina Williamse v roce 2014, který měl diagnózu Parkinsonovy nemoci, ale při pitvě se zjistilo, že ve skutečnosti trpěl právě DLT.

Lidé s DLT mají sklon trpět kognitivním úpadkem podobným jako při Alzheimerově chorobě. Objevují se u nich však i další symptomy, např. těžké poruchy REM fáze spánku (fáze s rychlými očními pohyby) jako noční děsy; u 80 % se vyskytují zrakové halucinace (často malých lidí a zvířat); dochází k výkyvům pozornosti, bdělosti a kognitivních schopností; objevují se také problémy parkinsonského typu jako ztuhlost a zpomalení pohybu. Pacienti jsou často velmi citliví na léky jako antipsychotika, které u nich způsobují závažné nepříznivé reakce, a u mnoha se rozvinou symptomy deprese, apatie, úzkosti, motorického neklidu, paranoia a/nebo bludy (nepravdivá přesvědčení). Některé léky v minulosti používané k léčbě těchto symptomů, jako antipsychotika, antidepresiva a benzodiazepiny, mohou lidem s tímto onemocněním přitížit. Na nemoc neexistuje žádný známý lék.

Stabilizace nemoci

Helga Rohrová je německá autorka a nyní i přednášející na téma demence, které v roce 2007 diagnostikovali demenci s Lewyho tělisky. Steve, naše dcera Joanna a já jsme Helgu poznali na mezinárodní konferenci o Alzheimerově nemoci v Řecku v roce 2010, kam jsem byla pozvána, abych přednášela o kokosovém oleji a ketonech jako alternativním zdroji energie při AN. Helga si myšlenku užívání kokosového oleje vzala k srdci a zůstala se mnou ve spojení. Dále začleňuje kokosový olej do své stravy a její nemoc zůstává poměrně stabilní. Dokonce napsala předmluvu k německému překladu mé knihy, který vyšel v roce 2013!

Konec prázdného pohledu

E-mail od manželky muže s DLT ze 17. srpna 2013: „Chtěla jsem vám říct, že od té doby, co svému manželovi podávám kokosový olej, pozoruji u něj velké zlepšení. Více se zapojuje do konverzace, dělá domácí práce a typické věci, které dělal kolem domu. Také se mu vrátil smysl pro humor a prázdný výraz z jeho očí je ten tam. Capgrasův syndrom má bohužel dál a stále je trochu zmatený.“ Capgrasův syndrom je porucha, při níž člověk nepoznává velmi důležitou osobu svého života, jako např. choť-pečovatele, ale ostatní lidi ano.

Změna k lepšímu

E-mail od syna čtyřiasedmásátiletého muže s DLT a Parkinsonovou nemocí z 27. června 2014: „Od té doby, co [můj otec začal] užívat kokosový olej, jsem si všiml změny k lepšímu v jeho mobilitě; začíná se mu vracet jeho osobnost; někdy je i jeho uvažování jasnější, což je velký pokrok ve srovnání s tím, jak na tom byl ještě