

Olle Haglund är medicine doktor och svarar på läsarnas frågor om hälsa, friskvård och sjukdom. Han är också en hängiven "hammarbyare".



Har du en fråga, skriv till: Scantype Förlag, Floragatan 13, 2 tr, 114 75 Stockholm eller skicka ett mejl till: lena.elisabet@scantype.se

KRONISKT GLAUKOM

Jag har kroniskt glaukom sedan födseln (grön starr), alltså svår glaukom. Nu undrar jag om doktor Olle Haglund känner till någon seriös forskare eller läkare som forskar i alternativ medicin när det gäller glaukom? Finns det ett säkert alternativ utan biverkningar? Jag får nu ögondroppar och har biverkningar av dem. Är det verkligen så det ska vara? Har för mig att man ska bli frisk av den medicin man får? För ett antal år sedan fick jag problem med levern och det vill jag inte vara med om igen. Då möttes jag av idel motgångar och vissa läkare hävdade bestämt att de ögondroppar jag tog inte kan skada på det sättet? Nu tar jag en medicin som heter Trusopt och det känns lite bättre, trots biverkningar särskilt då jag tar Taflotan en gång om dagen (det var Blocadren/Optimol som jag fick besvär med levern av). Visst är det så att C-vitamin, zink, vitamin B6, magnesium, fisk och olika kålsorter plus bär kan sänka trycket i ögat? Har läst om viss forskning på glaukom i Italien, en läkare som kanske funnit en metod, så kallad tillväxtfaktor, som skulle kunna sänka vätsketrycket i ögat? Hur fungerar ginkgo biloba i dessa sammanhang? Lever på hoppet att det finns något som kan hjälpa?

HÄLSNINGAR FRÅN INGRID I BAGARMOSSEN

SVAR: Vid glaukom föreligger olika typer av avflödeshinder av vätska från främre ögonkammaren. Detta leder till ökat tryck i ögat med risk för att synnerven blir skadad. Du lider av kroniskt glaukom sedan födseln, alltså medfött glaukom. Medfött glaukom är relativt sällsynt och inträffar i cirka en på 6000 födselar. De flesta av dessa fall uppträder sporadiskt men det kan fin-

nas en viss ärftlighet. Orsaken till medfött glaukom anses bero på en felaktighet i den så kallade ögonvinkeln, något som försvårar avflödet av vätska, med ökat tryck i ögat som följd. I cirka 75 procent av fallen är båda ögonen berörda. Det kan finnas tydliga symtom redan vid födseln och nästan alla visar sig under de första levnadsåren. Mindre vanligt är något senare insjuknande, så kallat infantilt glaukom. En finlandssvensk kvinnlig ögonläkare, vars namn jag inte kommer ihåg, var intresserad av inverkan av antioxidanter och omega-3-fettsyror på glaukom. Jag känner i övrigt inte till någon svensk forskare eller läkare som arbetar med alternativa medicinska metoder vid glaukom.

Det finns en rad läkemedelsbehandlingar vid kroniskt glaukom. De flesta har tyvärr en del biverkningar som du märkt. Trusopt verkar fungera hyfsat på dig, trots en del biverkningar som allergiska reaktioner, brännande känsla i ögonen och klåda. Trusopt ögondroppar är en så kallad karbanhydrashämmare som minskar bildningen av kammарväska i ögat. Dropparna kan användas ensamt eller i kombination med betablockerare, som sänker ögontrycket.

Det mesta av forskningen på glaukom berör läkemedel. Det finns en del mindre studier som visar att ökad tillförsel av frukt och grönt kan ha positiv effekt. En av dessa studier visar effekt av antioxidanten glutation (GSH) och vitamin E. Omega-3-fettsyror från fisk och fiskolja kan också ha viss effekt. Ett ökat förhållande mellan omega-6- och omega-3-fettsyror kan försämra glaukom. Ett minskat intag av vitamin B1 (tiamin) har också visats öka ögontrycket. Det har visats att funktionen hos cellernas kraftverk, mitokondrierna, kan vara nedsatt vid glaukom. Här skulle teoretiskt tillförsel av Q10, nitrater (exempelvis från rödbetsjuice) och PQQ kunna vara till nytta. En studie har visat att speciell akupunktur sänkte ögontrycket mer än hos kontrollgruppen. Det är också visat att rökning och låg fysisk aktivitet försämrar glaukom.

Det är riktigt att italienska forskare under ledning av Stefano Bonini testat användning av tillväxtfaktorn NGF (NerveGrowthFactor) på glaukom. Först såg man positiva effekter med en råttmodell

för glaukom. Därefter gav man NGF som ögondroppar under 3 månader till tre patienter med glaukom. Uppföljning efter ytterligare 3 månader visade på positiva effekter. Bland annat såg man minskad celledöd av näthinne-celler. Man såg också förbättring av synfältet, synnerven, kontrastkänsligheten och synskärpan. Nu planeras större patientstudier. Försöken är hittills på forskningsnivå och det kommer säkert att dröja ett antal år innan denna typ av behandling kommer till Sverige. Detta förutsätter också att ingenting oväntat med biverkningar inträffar. Resultaten hittills är dock glädjande.

MED VÄNLIGA HÄLSNINGAR
OLLE HAGLUND
MEDICINE DOKTOR

ÅTERSKAPAR MITOKONDRIER?

Jag vill gärna ställa en fråga till doktor Olle om vilka vetenskapliga belägg det finns för att PQQ skyddar och till och med återskapar mitokondrier.

HÄLSNINGAR FRÅN BENGT

SVAR: PQQ är ett jättespännande vattenlösligt ämne som upptäcktes för drygt tio år sedan. I dag finns det på Medline/Pubmed 718 artiklar som berör PQQ. PQQ är en förkortning av Pyrroloquinolinequinone. Det är ett vitaminliknande ämne som verkar vara livsnödvändigt (essentiellt) för alla arter, allt från mikroorganismer, växter till människa. Det har avgörande effekter på fria radikaler, som annars kan skada kroppens celler. Mer i detalj är det ett så kallat redox-ämne. Det reducerar oxiderande ämnen (fria radikaler) och kan sen återbildas med hjälp av antioxidanten glutation (GSH) till ett aktivt ämne.

Den mesta forskningen om PQQ är gjort på olika celler och försöksdjur. Studier på människa är hittills få. Det finns många studier som visar att PQQ är viktigt för signalering i celler och som antioxidant. Särskilt intressant är att ämnet har påverkan på cellernas mitokondrier. Dessa är cellernas kraftverk, som bildar den mesta av den energi som behövs för allt arbete, från tankar, nervimpulser och muskelarbete. Antalet mitokondrier varierar från några hundra i vissa celler till flera tusen i bland annat hjärna, hjärta och muskler. När vi blir äldre minskar antalet mitokondrier, de fungerar allt sämre och