

Effect van kokosolie en op de ziekte van Alzheimer

Samenvatting

Kokosolie heeft jarenlang een slechte naam gehad vanwege het hoge gehalte aan verzadigde vetten. Het grootste gedeelte van deze verzadigde vetten zijn middellange keten vetzuren (MCT's). Één van de vetzuren die in grote mate aanwezig is in kokosolie is laurinezuur. Laurinezuur komt ook voor in moedermelk en heeft antivirale en antibacteriële eigenschappen. Kokosolie zou verder een gunstig effect hebben op het cholesterolverhouding in het bloed.

MCT's worden gemakkelijk opgenomen in de darmen. MTC's kunnen omgezet worden naar ketonen. Mensen die leiden aan de ziekte van Alzheimer hebben een verlaagde stofwisseling van glucose. Mensen die leiden aan Alzheimer hebben een abnormaal laag glucosemetabolisme in hun hersenen. Hierdoor zal er deels overgegaan moeten worden op een alternatieve brandstof, zoals ketonlichamen. Uit studies blijkt dat na toediening van MCT's bij Alzheimerpatiënten het gehalte aan ketonen in het bloed omhoog ging. Ook ging de score van een cognitieve test omhoog.