



"Makrobiotisk kost"

"Makrobiotisk kost" är en blandning av vissa grönsaker, spannmål och några frukter. Kosten presenterades av Georg Ohsawa (1893-1966), som brukade föreläsa i filosofiska ämnen. Bl a Michio Kushi modifierade det ursprungliga förslaget. Kushi Foundation hävdar att makrobiotisk kost både förebygger cancer och kan användas i behandlingen av sjukdomen. Det är vanligt att svenska patienter uppmanas att pröva "makrobiotisk kost" av olika företrädare för behandlingar som inte är akademiskt förankrade. Jag läste därför med intresse den genomgång av litteraturen kring "makrobiotisk kost" som American Cancer Society genomfört (Cancer Journals for Clinicians, vol 39, 2989). Fakta ovan och nedan är hämtade från den genomgången.

Det finns inga studier där "makrobiotisk kost" utvärderas på något formellt sätt. I enskilda patientfall har man hävdat att kosten påverkar tumörväxt. Dessa fall är svåra att utvärdera då behandling som är dokumenterat verksam (strålbehandling, tumörhämmande medicin, hormoner) ofta givits samtidigt.

Målsättningen med matintaget för cancerpatienter är att de skall få en god livskvalitet och vara i så gott kroppsligt tillstånd som möjligt för att klara de påfrestningar som verksam behandling ofta ger. Det är vanligt att cancerpatienter magrar och att ett ökat behov av energi föreligger. Dessa patienter skall ha en energität kost med lite bulk.

"Makrobiotisk kost" är raka motsatsen - fettsnål och rik på bulk. En mycket stor mängd föda måste intas för att tillräckligt energiintag skall erhållas. American Cancer Society sammanfattar att det finns risk för att "Makrobiotisk kost" leder till att patienten magrar med försämrad livskvalitet och sämre förmåga att tåla krävande men verkliga behandlingar som följd.

Gunnar Steineck

