

Nedostatočná metylácia

Podľa výskumov je podmetylácia alebo vysoký histamín dominantnou chemickou nerovnováhou asi u 20 % ľudí s psychózou. Väčšina podmetylovaných osôb vo všeobecnej populácii má tendenciu dosahovať dobré výsledky v dobrom duševnom zdraví. Laboratórne indikácie zahŕňajú hladinu histamínu v celej krvi nad 70 mg/ml a preťaženie folátmi, čím vzniká nízky pomer metylu k folátu. To môže viesť k nižším hladinám dopamínu, norepinefrínu a serotonínu. Tieto typy môžu ťažiť z doplnkového metionínu, SAME a inozitolu.

Nasledujúce problémy sú spojené s podmetyláciou: depresia, nutkanie (ako OCD), závislosti (hazardné hry/nakupovanie/sex/alkohol atď.), poruchy príjmu potravy (anorexia/bulímia) a fobie. Títo ľudia zle reagujú na folát, dokonca aj diétny folát v čerstvej zelenine môže zhoršiť ich depresiu. Dobre reagovali na metionín a doplnky vápnika.

Nasleduje zoznam charakteristík a faktorov spojených s podmetyláciou. Prítomnosť 30-50% faktorov môže stačiť na diagnostiku

- bludy (porucha myslenia)
- sebamotivovaní počas školských rokov
- veľmi vysoké libido
- vyššia rýchlosť metabolizmu
- vysoká tekutosť (slzy, slzy atď.)
- vysoký výkon pred nástupom závažných symptómov
- nežiaduca reakcia na vitamíny B-komplexu
- riedke ochlpenie na hrudi/nohách/rukách
- samovražedné sklony
- návykovosť
- fobie
- zriedkavá a stručná reč
- peptické vredy
- popieranie choroby
- nedodržovanie terapií
- presvedčenie, že ich sleduje CIA alebo FBI
- pokúsiť sa skryť chorobu
- 5-10% výskyt počujúcich hlasov
- Príznaky Tourettovho syndrómu
- premýšľanie o minulých udalostiach
- obsedantné/kompulzívne sklony
- história perfekcionizmu
- nízka hladina medi v sére
- sezónne inhalačné alergie
- nízka tolerancia bolesti
- katatonické správanie počas nástupu choroby
- veľmi silná vôľa
- šťihlosť
- históriu súťaživosti v športe
- veľký nos a uši
- rituálne správanie
- pokojné vystupovanie, ale vysoké vnútorné napätie
- časté bolesti hlavy
- rodinná anamnéza s vysokými úspechmi
- prázdny vzhľad
- slabá výdrž koncentrácie
- sociálna izolácia
- presvedčenie, že priateľ alebo príbuzný je cudzinec
- sklon k vegetariánskej strave
- vysoká prevaha mužských príbuzných
- diétna nepružnosť
- histamín v krvi nad 70 ng/ml
- absolútne bazofily nad 50>M
- diagnóza bludnej poruchy
- dobrá odpoveď na antihistaminiká
- dobrá odpoveď na SSRI
- diagnostika schizoafektívnej poruchy
- nežiaduca reakcia na benzodiazepín

Nadmerná metylácia

Nadmerná metylácia alebo nízky histamín je dominantnou chemickou nerovnováhou pre približne 45 % osôb s diagnostikovanou schizofréniou. Táto nerovnováha je spojená s extrémnym nedostatkom folátu a vitamínu B-12 a zvyčajne sa zhoduje so zvýšenou sérovou hladinou medi. Laboratórne indikácie zahŕňajú hladiny v celej krvi pod 40 mg/ml a znížené absolútne bazofily.

Títo ľudia majú tendenciu trpieť paranoidnou schizofréniou, bipolárnou poruchou, psychózou, záchvatmi úzkosti/paniky, halucináciami, hyperaktivitou a depresiou. Výskum zistil, že týmto ľuďom často prospievali veľké dávky kyseliny listovej, B12, B3, B6, zinku a mangánu.

Nasleduje zoznam charakteristík a faktorov spojených s nadmernou metyláciou. Prítomnosť 30-50% faktorov môže stačiť na diagnostiku.

- sluchové halucinácie
- vysoká úzkosť alebo sklon k panike
- hyperaktivita
- nízke libido
- religiozita
- sklon k nadváhe
- nervózne nohy, tempo
- suché oči a ústa
- presvedčenie, že každý si o nich myslí zle
- nízka motivácia počas školských rokov
- vysoký prah bolesti
- paranoja
- depresie
- porucha spánku
- anamnéza ekzému
- absencia sezónnych alergií
- frenetická aktivita počas nástupu choroby
- tinitus
- bolesť hornej časti tela/krku/hlavy
- hirzutizmus
- potravinová/chemická citlivosť
- umelecké alebo hudobné schopnosti
- preťaženie medi
- nežiaduca reakcia na estrogénovú terapiu
- nežiaduca reakcia na antihistaminiká
- nežiaduca reakcia na SAME
- zlepšenie po lítiu
- sebamrzačenie
- obsesie bez nátlaku
- popôrodný nástup psychózy
- nežiaduca reakcia na SSRI
- nežiaduca reakcia na metionín
- zlepšenie po benzodiazepínoch
- diagnóza paranoidnej schizofrénie
- nízka hladina histamínu v krvi
- nízke absolútne bazofily

Pyroluria

Pyrolúria sa môže prekrývať buď s nedostatočnou alebo nadmernou metyláciou, alebo môže existovať sama o sebe. Súvisí s úzkosťou, depresiou, precitlivosťou na potraviny/celiakiou, sociálnym stiahnutím sa, poruchami učenia/ADHD, schizofréniou a autizmom. Veľmi závažné prípady majú za následok mentálnu retardáciu a oneskorený rast a pubertu. V niektorých prípadoch môžu byť psychologické symptómy zmiernené v priebehu niekoľkých dní pomocou doplnkového vitamínu B6 a zinku.

- silné vnútorné napätie
- pretrvávajúca úzkosť alebo úzkosť
- epizódy podráždenosti alebo hnevu
- slabá tolerancia stresu (s pridaným stresom akéhokoľvek druhu, ktorý zhoršuje príznaky)
- tráviace problémy a ťažkosti s trávením bielkovín
- časté prechladnutia a infekcie
- bolesť alebo stuhnutosť kĺbov
- akné
- ekzém alebo psoriáza
- zmeny nálady a reaktivita
- slabá krátkodobá pamäť
- sklon k samotárstvu
- malé alebo žiadne spomienky na sen
- biele škvrny na nechtoch prstov
- slabá ranná chuť do jedla s tendenciou vynechávať raňajky
- ranná nevoľnosť
- bledá pokožka, ktorá sa ľahko spáli na slnku pri zlom opaľovaní
- citlivosť na jasné svetlo
- precitlivosť na hlasné zvuky
- ťažkosti s čítaním (napríklad dyslexia)
- slabá schopnosť vyrovnávať sa so stresom
- zmeny nálady alebo výbuchy temperamentu
- ľahko rozrušený kritikou
- histriónska (dramatická) tendencia
- augmentatívne/užívajte si argument
- nové situácie alebo zmeny v rutine (t. j. cestovanie), ktoré sú obzvlášť stresujúce
- vyššia schopnosť a bdelosť vo večerných hodinách v porovnaní s ránami
- slabá krátkodobá pamäť
- abnormálne rozloženie telesného tuku
- patrí do dievčenskej rodiny s podobnými sestrami
- suchá pokožka
- dosiahnutie puberty neskôr ako zvyčajne
- ťažkosti s trávením, nechutť k bielkovinám alebo vegetariánstvo v minulosti
- sklon k samotárstvu a/alebo vyhýbaniu sa väčším skupinám ľudí
- strie na koži
- slabý čuch alebo chuť
- cítiť sa veľmi nepríjemne s cudzími ľuďmi
- často pociťovať únavu
- sklon k prehnanej reakcii na trankvilizéry, barbituráty, alkohol alebo iné drogy (inými slovami, trochu vytvára silnú odozvu)
- sklon k anémii
- rodinná anamnéza duševnej choroby alebo alkoholizmu v rodine
- sladká vôňa (ovocná vôňa) dýchať alebo potiť sa pri chorobe alebo strese
- so sklonom k akné, ekzémom alebo psoriáze
- sklon k pocitu úzkosti, strachu a celoživotného vnútorného napätia
- ťažkosti s vybavovaním si minulých udalostí alebo ľudí
- záchvaty depresie alebo nervového vyčerpania
- náchylné na časté prechladnutia alebo infekcie