

## Intervju med Jacob Wilson (Tampa FL 2017) – förhandstitt 2

**Jacob Wilson:** Jag är övertygad om att ketoner har positiva kognitiva effekter. De förhindrar att vi kollapsar, hjälper mot stress och hämmar inflammation. Men många känner att de inte klarar lågkolhydratkost. "Jag mår fruktansvärt om jag inte får äta kolhydrater." Då låter jag dem pröva ketoner. Då får de en rejäl kognitiv skjuts. "Oj, det gick från normal kvalitet till blu-Ray! Jag mår så bra!" – "Du skulle kunna må så hela tiden om du bara åt LCHF." Jag ser det som ett verktyg för att hjälpa människor med övergången till LCHF, för då vill de ha mer.