

## Kosttilskudd, naturmidler og lignende: Dokumentert?

Sykehusleger varsler om pasienter som har autoseponert hjertemedisiner til fordel for kosttilskudd, skriver RELIS.

Flere leger ved Hjereteavdelingen ved Universitetssykehuset Nord-Norge angir at de i det siste har behandlet pasienter med blant annet koronarsykdom, som på eget initiativ har sluttet med hjertemedisiner til fordel for kosttilskuddene Olivita (selolje/olivenolje) og vitamin K2. I ett tilfelle fortalte pasienten at selger/produsent hadde bedyret utmerket effekt på hjertesykdom.

Forskning har vist at marine fettsyrer og vitamin K2 har fysiologiske effekter, men noen terapeutisk effekt ved konkrete sykdommer er heller tvilsom.

I den produsentbaserte omtalen av Olivita og vitamin K2 brukes uttrykk som pasienter vil kjenne igjen fra kommunikasjon med helsepersonell om egne sykdommer og legemidler. Påstander om effekter dempes av uttrykk som «kan gi», «gunstig for» eller «bidrar til».

I mangel på kliniske studier ser vi ofte, også når det gjelder Olivita og vitamin K2, at tilbyderne ekstrapolerer resultater fra in vitro- eller dyrestudier, gjerne på enkeltbestanddeler, til det bruksferdige produktet, og kaller dette for dokumentasjon. Også for legemiddelsubstanser finnes det data både fra laboratorie- og dyrestudier, men helsepersonell er godt kjent med at dette bare er starten på den lange veien frem til et godkjent, bruksferdig preparat.

Kosttilskudd, naturmidler og lignende produkter sorterer under Mattilsynet, og er ikke underlagt de samme strenge kravene hverken til standardisering eller til dokumentasjon av kvalitet, renhet, effekt eller sikkerhet som gjelder for legemidler.

Leger og annet helsepersonell bør ha som rutine å spørre pasienter om de bruker kosttilskudd eller reseptfrie medisiner, i tillegg til de legemidlene de får forskrevet. Helsepersonell i apotek må ta et ekstra ansvar når det gjelder informasjon til pasienter om riktig bruk ikke bare av legemidler, men også kosttilskudd og lignende produkter. Det faktum at mange produkter selges på apotek kan tenkes å styrke pasienters positive oppfatninger om kvalitet, effekt og sikkerhet.

Helsepersonell som har spørsmål om legemidler, kosttilskudd, naturmidler o.l. kan henvende seg til RELIS ([www.relis.no](http://www.relis.no)). Publikum kan bruke [www.tryggmedisin.no](http://www.tryggmedisin.no) og få et skriftlig svar fra RELIS. Mistanke om bivirkninger eller interaksjoner knyttet til bruk av kosttilskudd/naturmidler meldes til RELIS eller Statens legemiddelverk ([www.legemiddelverket.no](http://www.legemiddelverket.no)).