



Alert – Naturläkemedel och kosttillskott

Naturläkemedel används ofta som ett samlingsbegrepp men består av flera olika grupper med olika avgränsningar och olika krav på dokumentation av effekten. Gemensamt är dock att många preparat interagerar med läkemedel t ex warfarin eller läkemedel som bryts ned av enzymet ZYP3A4. För vissa av preparaten kan man söka interaktioner på [Janusmed](#) (fd Janusinfo) medan det för andra saknas eller finns bristfällig information om interaktioner. Många preparat finns upptagna i Fass. Information kan också finnas i Läkemedelsboken och på Läkemedelsverkets hemsida (se länkar nedan).

Du kan aldrig veta vem som använder dessa preparat. Att det är många finns det studier som visar. Därför bör du fråga din patient och skriva ner de angivna preparaten under sökordet Läkemedelsberättelse.

För **växtbaserade läkemedel** (VBL) krävs vetenskapliga studier som bekräftar effekten för det aktuella användningsområdet. Produkterna säljs på apotek men vissa kan ingå i det receptfria sortimentet och kan då säljas i detaljhandel. Exempel på preparat är Baldrian, Curbisal, Sinova och Sinupret.

För **traditionella växtbaserade läkemedel** (TVBL) ska effekten bedömas vara rimlig (alltså ej vetenskapligt belagd) och baseras på traditionellt bruk under minst 30 år varav minst 15 år inom EU. Får säljas både på apotek och i detaljhandel.

Exempel är Bio-Biloba, Chisan, Esberitox, Gerikomplex och Kan Jang.

För **naturläkemedel** (NLM) är de aktiva komponenterna djurdelar, bakteriekulturer, mineraler eller salter. Oftast är de godkända på grundval av beprövad erfarenhet baserad på långvarig användning. De är avsedda för egenvård och säljs i detaljhandel. Det mest kända exemplet är Samarin.

För dessa 3 grupper är Läkemedelsverket tillsynsmyndighet och mer finns att läsa på deras hemsida [Läkemedelsverket/VBL mm](#)

Vidare finns gruppen **kosttillskott** som klassificeras som komplement till vanlig kost. Kosttillskott får ej påstå sig ha en botande eller lindrande effekt eller att påverka sjukdom. Däremot får de skriva ”bidrar till en normal...”. Det finns ingen vetenskaplig evidens för dessa preparat. Exempel på innehåll är omega 3 (t ex Becel och Vitaproe), jättenattsljusolja, Q 10, aloe vera och rosenrot och olika vitaminer. Marknadsföringen till allmänheten är ibland omfattande och därmed också användningen. Livsmedelsverket är tillsynsmyndighet.

Mer info om ämnet: [Livsmedelsverket/kosttillskott](#)



Informationen i Alerten är hämtad från Läkemedelsverket, Livsmedelsverket, Fass och ett föredrag av apotekare Tobias Damgaard, Landstinget i Kalmar län, från Läkemedelskommitténs terapigruppsdag 170425.

För Läkemedelskommittén
Linda Tufvesson, ST-läkare
Anna Janson, ordförande

