

## Mediciner vitaminer och naturläkemedel

Det är välkänt att det förekommer så kallade interaktioner eller växelverkningar med hänsyn till läkemedlens resorption (upptagningsförmåga) och verkningar mellan många vanliga läkemedel sinsemellan, samt mellan läkemedel och vitaminer. Det är därför angeläget att ta reda på huruvida det också förekommer interaktioner mellan vanliga reumatikermediciner, natur(läke)medel och vitaminer (kosttillskott).

Denna sammanställning baseras på en genomgång av kända interaktioner mellan reumatikermediciner och vitaminer i FASS (den officiella läkemedelskatalogen) samt en genomgång av kända biverkningar av högdoserade vitaminer i vitaminhandböcker, och även av kända interaktioner av vid reumatiska sjukdomar använda natur(läke)medel. Uppgifterna beträffande natur(läke)medlen har hämtats ur Naturläkemedel 2000 (den så kallade "Naturmedelsfassen") det vill säga den av Läkemedelsverket godkända motsvarigheten till FASS.

### Reumatikermediciner + vitaminer

Enligt FASS är inga interaktioner kända mellan i Sverige använda reumatikermediciner och samtliga kända vitaminer, även om dessa skulle tas i upp till 3 gånger högre dos än vad som är rekommenderat som dagligt intag. Risker med kraftiga överdoser av vitaminer och mineraler finns troligen endast för A-vitamin (över 7500 mcg/d), D-vitamin (över 50 mcg/d), vitamin B6 (över 2000

mcg/d) samt för mineralerna Selen (över 300 mcg/d), zink (över 45 mg/d) samt järn (över 60 mg/d). A-vitamin i form av beta-karoten är tämligen riskfritt förutsatt att man inte dricker mycket stora mängder morotssaft dagligen.

Till farliga nivåer av vitaminer och mineraler kan man knappast nå ens med en aldrig så väl sammansatt kost. Är man äldre och har resorptionsproblem på grund av exempelvis saltsyrebrist eller annan tarmsjukdom är det säkert att rekommendera intag av ett multivitaminmineraltillskott i på förpackningen angiven dos.

### Reumatikermediciner och natur(läke)medel

Vanliga natur(läke)medel som används vid reumatiska sjukdomar är sådana som innehåller enbart eller i kombinationer:

- olika salixarter, (sälg som kan jämföras med ett "buffrat" acetylsalicylsyrepreparat) bl.a. vitpil (Sandolor, Ledins led- och muskelelixir och te, Biostrath Salix)
- fiskolja (Omega-3, Eskimo-3, Pikasol och Sanumar)
- jättenattljusolja (Glandin 25, Glanique, Jättenattljusolja)
- harpago (djävulsklo) (bl.a. Harpagotabletter och i Ledins Led & Muskelelixir och te)
- thymusextrakt (Thymogen)
- ingefära (Zinax)
- linfröolja (innehåller omega-3 och omega-6 fettsyror)
- arnica (slårtergubbe) (Arnicatinktur och salva, Ormsalva)
- japansk pepparmintolja (bl.a. i

Tigerbalsam)

- glukosamin (Lediblett m.fl.)
- musseloljaextrakt (Lyprinol)
- tarmfloreprenparat (hälsofil, acidofilus, bifilus m.fl.)

Rent teoretiskt kan NSAID tillsammans med preparat som innehåller fiskolja och salixarter öka blödningstiden, det vill säga blödningsbenägenheten. Harpago har i vetenskapliga studier visats ha ungefär lika stark antiinflammatorisk effekt som NSAID, varför det troligen inte bör kombineras med dessa. Även här kan det föreligga en ökad blödningrisk.

Folacin, som är ett vitamin, bör undvikas i samband med Metotrexatbehandling, eftersom det minskar eller tar bort dess effekt. Man kan också nämna att grapefruktjuice interagerar med cyklosporin (t.ex. Sandimmun), även om det är fråga om en juice.

Beträffande övriga ovan nämnda natur(läke)medel vid reumatiska besvär, finns inga uppgifter om interaktioner eller biverkningar vid normalt bruk, även om allergier mot till exempel vitpilsextrakt (astma, hösnuva, eksem) givetvis kan förekomma någon enstaka gång. Men då naturläkemedel enligt definitionen inte skall medföra några biverkningar vid normalt bruk, torde risken för allvarliga biverkningar med naturläkemedel i samband med reumatiska sjukdomar vara obefintlig.

Karl-Otto Aly, leg. läkare och f.d. överläkare på Tallmogården