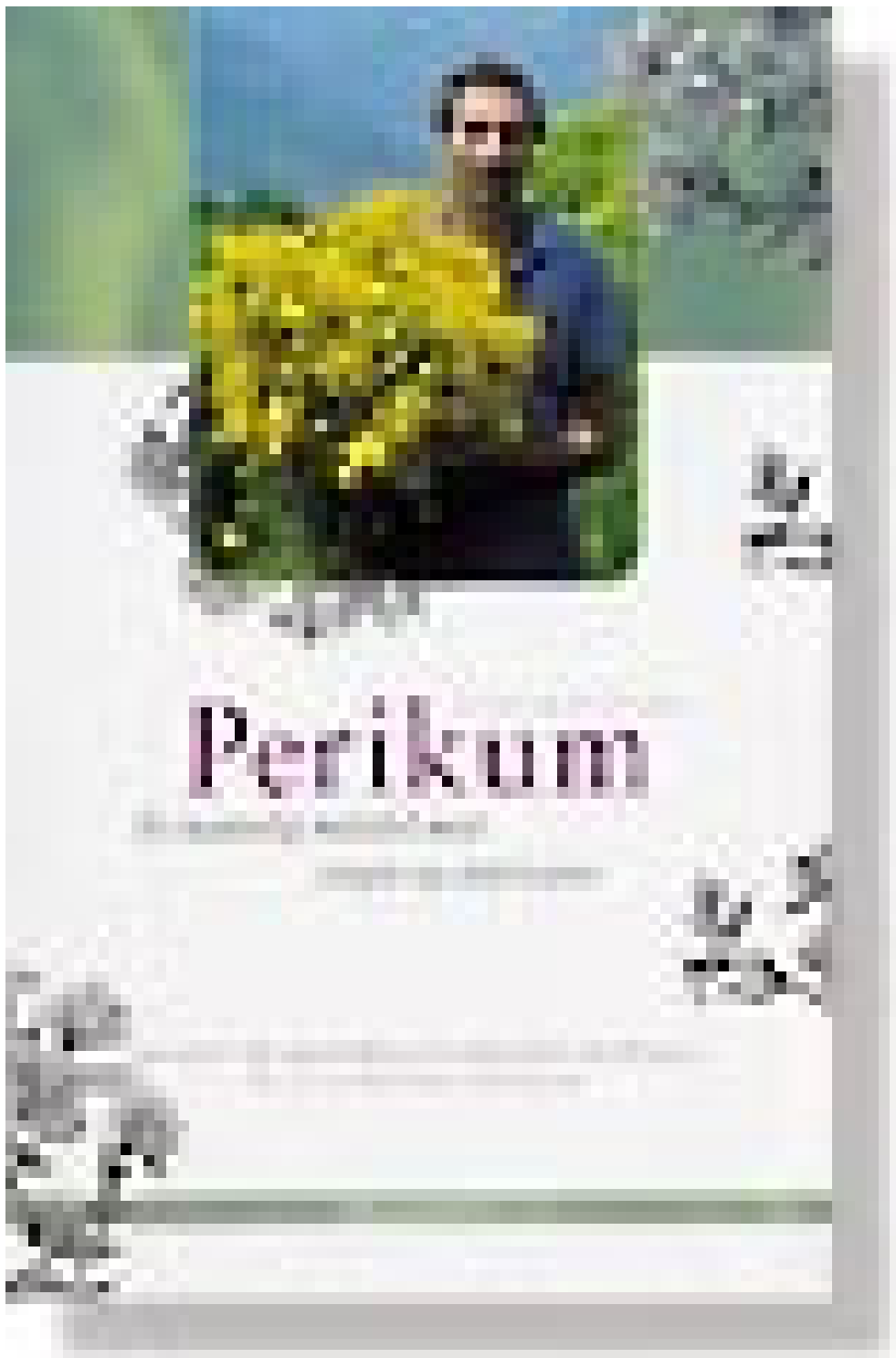

Et naturlig alternativ til lykkepiller?

BOKOMTALER



”Man kan gjerne forsøke perikum hvis man har en lett eller moderat depresjon, for eksempel en vinterdepresjon,” skriver overlege Ulrik Malt ved Rikshospitalet på baksiden av denne boken. Debatten omkring effekten av perikum/johannesurt har bare så vidt startet i Norge. I land som Tyskland brukes denne naturmedisinen i stor skala ved lettere og moderate depressive tilstander. Også den norske konsensuskonferansen om behandling av depresjon i allmennpraksis høsten 1999 konkluderte med at johannesurt ser ut til å ha omtrent samme antidepressive virkning som trisykliske antidepressiver eller nyere selektive serotoninreopptakshemmere ved lettere depresjoner.

To av forfatterne av denne boken (Bloomsfield og Nordfors) er psykiatere, mens McWilliams er medisinsk skribent. Boken er skrevet i en lett og folkelig stil. I forordet skriver dr.philos. og ernæringsfysiolog Dag Viljen Poleszynski at ”(. . .) boka kan bidra til å åpne øynene til dem som fortsatt tror at urter og kosttilskudd er juks og bedrag”. Det er jeg ikke så sikker på. Denne boken er for en stor del et debattinnlegg og et forsvarsskrift for en spesiell type perikumolje (Makeba) som i 1998 ble nektet markedsført av Statens legemiddelkontroll som vanlig handelsvare, men i stedet ble klassifisert som et legemiddel. Hele innledningen handler om denne saken, og boken har også en egen reklameside for denne spesielle oljen. En betydelig del av teksten brukes dessuten på å forsøke å overbevise leseren om at denne spesielle administrasjonsformen (olje) er bedre enn for eksempel kapsler (som selges uten resept på apotek og i helsekostforretninger i Norge).

Sammen med professor Per Hartvig har den ene av forfatterne av boken, Michael Nordfors, publisert en oversiktsartikkel om johannesurt i *Läkartidningen* (1997; 94: 2365–7), som jeg vil anbefale for dem som er interessert i å vite mer om denne spennende planten. Med hensyn til boken vil jeg ikke anbefale denne som annet enn et folkelig debattinnlegg, som kanskje heller svekker enn styrker min tro på denne medisinen.

OlavThorsen

Klubbgaten Legesenter

Stavanger

Publisert: 30. juni 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. juli 2026.