



Forskellen på naturlægemidler og kosttilskud

Du finder både naturlægemidler og kosttilskud på apoteket. Men hvad er egentlig forskellen? Læs her og spørg bare på ditapotek.

Når de aktive stoffer i et lægemiddel er naturligt forekommende, og når de forekommer i midlet i næsten samme koncentrationer som i naturen, er det et naturlægemiddel. Naturlægemidler er baseret på forskellige planter, også kaldet droger. Gennem århundreder er der fremstillet lægemidler på apoteket ved at indsamle droger. Ordet droge stammer fra det franske ord 'drogue', som betyder 'apotekervare'. En droge er en råvare fra

Godkendelse og anvendelse

Ligesom andre lægemidler skal naturlægemidler vurderes og godkendes af Lægemiddelstyrelsen. Deres godkendelse giver vished for, at naturlægemidlet opfylder en række kvalitetskrav. Kun lettere sygdomme og symptomer kan behandles med naturlægemidler. Det kan være tilbagevendende lettere urinvejsinfektioner, forkølelse, kolde hænder og fødder, tristhed og søvnbesvær. Husk, at du ligesom ved almindelige lægemidler kan opleve bivirkninger ved naturlægemidler.

KILDE: DANMARKS APOTEKERFORENING

en plante eller fra et dyr, der bruges til fremstilling af lægemidler. Droger kan være bark, rødder, blade, blomster og urter. Kendte droger er blandt andet purpursolhat, ginkgo biloba, perikum, fiskeolie, savpalme, sølvlysrod, tranebær og baldrian.

Et produkt må kun kaldes et naturlægemiddel, hvis det er sandsynliggjort, at produktet virker. Der skal være indlægseddell vedlagt. Der kræves ikke kliniske forsøg, men virkningen skal være dokumenteret og anerkendt i litteratur.

Naturlægemidler fås på apoteket ligesom visse kosttilskud gør. Måske syntes du, det er svært at skelne, hvad der må kaldes et kosttilskud, og hvad der må kaldes et naturlægemiddel. For et kosttilskud gælder, at det er et tilskud til den almindelige kost, som ikke må give det indtryk, at det forebygger eller helbreder en sygdom. For et naturlægemiddel gælder, at det er beregnet til at behandle lettere sygdomme og symptomer. Kravene til et kosttilskud er ikke så strenge, medmindre det indeholder vitaminer og mineraler. Et kosttilskud kan godt være baseret på anerkendte droger uden at bære betegnelsen naturlægemiddel.