



## Velg riktige medisiner og naturmidler

På Internet samt i ukepresse og dagspresse kan det florere løfter om vidundermidler mot alle mulige lidelser. Påstandene om midlenes fortreffelighet er ofte vidløftige, samtidig som de vitenskaplige bevisene er beskjedne. Til og med i nyhetsmedia kan det iblant gis et unyansert bilde av legemidler og legemiddelbivirkninger.

Nedenfor finnes noen punkter som kan komme til nytte når man leser om "fantastiske" legemidler eller naturmidler, for å avgjøre om det dreier seg om bløff eller vitenskaplige sensasjoner.

### Bedøm kildens troverdighet

I annonser og på Internet finnes både seriøs og useriøs informasjon om legemidler og naturmidler. Ved første blick kan det være vanskelig å se hvilke annonser og hjemmesider som er troverdige da designet kan være meget vellaget selv om innholdet er tvilsomt. Den beste måten å avgjøre innholdets sannhet på er derfor å se på hvem som står bak informasjonen.

\* Er det en privatperson? Hvilken kompetanse har i så fall personen som gir opplysningene og kommer med påstandene?

\* Er det et firma? Hvilken interesse kan firmaet ha ved å gi nettopp denne informasjonen?

\* Er firmaet norsk eller utenlandsk? Utenlandske firmaer er underlagt en annen lovgivning enn norske firmaer, og dette kan påvirke blant annet hvilke argumenter det er tillatt å bruke i markedsføringen. I Norge får legemiddelfirmaer for eksempel ikke gi reklame for reseptpliktige

legemidler direkte til pasienter, dvs. allmennheten.

Dersom du kjenner til firmaet fra før, kan du lettere bedømme troverdigheten i opplysningene. Ellers kan du gjøre søk på firmanavnet og se i hvilken sammenheng det omtales. Det kan være fornuftig å søke etter både legemiddel og firma på legemiddelmyndighetenes hjemmeside, dvs. både Statens legemiddelverk i Norge og utenlandske myndigheter. All informasjon om legemidler bør vurderes ut fra kildens troverdighet, og dette gjelder ikke minst hjemmesider på Internet.

Dersom en fremmed kommer bort til deg på gaten og gir deg råd om hvilke legemidler du bør ta, og kanskje til og med tilbyr deg å kjøpe legemidler fra lommen hans, hvordan vil du sannsynligvis resonere da?

### **"Mirakelmiddelet"**

Kanskje finner du informasjon om et mirakelmiddel på en Internet side eller i en annen sammenheng. Da kan det være bra å stille seg selv følgende spørsmål:

\* Har du hørt snakk om "mirakelmidlet" i annen sammenheng, for eksempel i nyhetsprogram på TV eller lest om det i aviser? Revolusjonerende medisiner mot alvorlige sykdommer er store nyheter, som omtales i mange kanaler.

\* Kan du finne informasjon om produktene hos seriøse aktører innen det medisinske området, som for eksempel legemiddelverket.no, felleskatalogen.no, legemiddelsiden.no eller legemiddelhandboka.no?

\* Virker opplysningene troverdige ut fra det du vet om sykdommer og legemidler fra før?

\* Finnes det kontrollerte studier der "mirakelmidlet" er blitt undersøkt og sammenliknet med andre legemidler? Midler som det påstås å ha effekt mot sykdommer må i henhold til loven ha gjennomgått nøye kontrollerte studier for å være sikre for pasientene.

### **Firmaet**

\* Har du hørt snakk om firmaet før? Kan du finne informasjon om firmaet hos seriøse aktører innen det medisinske området, som for eksempel legemiddelverket.no, felleskatalogen.no, legemiddelsiden.no eller legemiddelhandboka.no?

\* Hvorfor selges produktene bare på Internet? Dersom "mirakelmidlet" var så bra som det påstås, så burde det finnes store pengesummer å tjene, og legemiddelfirmaer ville stå i kø for å få selge det som et registrert legemiddel eller naturlegemiddel. Hvorfor selges det i så fall bare på Internet?

### **Mer informasjon**

Dersom du er urolig etter å ha lest nyheter om dine eller dine pårørendes medisiner, kontakt lege eller apotek for å få satt nyheten i sitt rette perspektiv. Forandre ikke medisineringen din på egen hånd uten først å rådføre deg med lege eller apotekspersonale.

Kilde: [Legemiddelverket.no](https://legemiddelverket.no)