



Urter eller piller mot depresjon?

Johannesurt har vært brukt mot besettelse av onde ånder tilbake i Hippokrates tid i det antikke Hellas. I vår tid er hyperikum registrert i en rekke europeiske land til bruk mot depresjoner. Man har nylig undersøkt om Johannesurt er til nytte for mennesker som er moderat til alvorlig deprimerte. Studien ble utført med en vitenskapelig metode som gjør at man feste lit til resultatet.

Til sammen 251 voksne personer deltok. I gjennomsnitt hadde de vært deprimerte et halvt år for behandlingen begynte. Deltakerne ble delt i to grupper. Den ene gruppen fikk enten Johannesurt eller et antidepressivt legemiddel. Man oppnådde en betydelig bedring av depresjonen i begge gruppene, og størst var forbedringen blant de som ble behandlet med Johannesurt. I denne gruppen var det også færre bivirkninger.

Enkelte medisiner bør helst ikke brukes sammen med Johannesurt. Dette gjelder særlig det blodtynnende middelet Marevan, astmamedisinen teofyllin, kortisonpreparater, visse medikamenter mot depresjon, hjertemedisinen digoksin og p-piller. Man bør derfor rådføre seg med legen sin hvis man overveier å begynne med Johannesurt.

Kilde: British Medical Journal 2005