

Glukosaminer Naturmedel mot smärta

– Osteoartros, en degenererande sjukdom med inslag av inflammation, som inte rönt samma intresse som RA.

Så beskriver C-G Nilsson broskförslitningar som främst drabbar knän och höfter hos en mycket stor andel av befolkningen. Kanske borde vi anamma benämningen osteoartrit, som man gjort i den anglosaxiska delen av världen med tanke på den inflammation som finns närvarande, fortsätter han.

Skolmedicinens lösning på dessa omfattande problem är Indomé och liknande NSAID-preparat. Behandlingar som ger symtom- och smärtlindring, men som samtidigt medför risker, till och med för livet, på grund av sina biverkningar på mag- och tarmsystemet i form av blödningar som i värsta fall kan leda till för tidig död, samt dess risk för njurproblem.

I Sverige dör mellan 170 och 200 personer varje år som resultat av NSAID-behandling. Doktor Nilsson uttrycker sin förvåning över att vården inte tar hänsyn till dessa fakta och även väger in de stora kostnader som de för med sig, inte minst i sjukhuskostnader. Även dyra behandlingar som de nya Cox-2 hämmarna, med sin påverkan på lever och njurar samt sina ännu ofullständigt kartlagda långtids-effekter, finner han förbryllande. Att med ledplastik byta ut främst knän och höftleder tycker han inte heller är någon patentlösning.

Många orsaker

Orsakerna till varför man får osteoartros är multifaktoriell. Säkert spelar både arv och miljö in, men också

personens sysselsättning. Man vet att idrottsskador förr eller senare leder till problem. Idrottsmän tas omedelbart om hand när till exempel en ligamentskada sker, men för civilbefolkningen är man inte lika på hugget. Den stora påfrestning som idogt idrottsutövande medför på lederna ger sig ofta till känna senare i livet. Väger man för mycket så innebär även den tunga belastningen på lederna ett påskyndande av nedbrytningsprocessen i leden. En del av oss människor föds också med en dålig anpassning i själva leden redan från början.

Brosket är en levande vävnad som byggs upp och bryts ned och som även innehåller mekaniska faktorer. I USA, och även i Europa, fann man för cirka 20 år sedan andra infallsvinklar. Man började tillföra råvaror som ett substrat för broskets uppbyggnad. Brosket är uppbyggt av proteoglukaner och sulfat (svavel) och de laddade molekylerna har en tendens att dra åt sig vatten. Tidigare talade man om nekros, celldöd, och idag talar man även om apoptos, programmerad celldöd. Två ämnen blev populära, glukosamin- och kondroitinsulfat. Man kunde se en långsam förbättring med dessa medel, det kunde dröja 2-3 veckor innan smärtan minskade, men effekten kvarstod i någon månad även om man slutat äta sina tableter. I Belgien genomfördes en 3 år lång stor kontrollerad dubbelblind studie där 212 personer ingick. Studien, som gjordes på knäledsartros, är nyligen publicerad och visar på positiva effekter av glukosamin- och kondroitinsulfat. Hos de personer som fick placebo-preparat, det vill säga sockerpiller, kunde man registrera en

nedbrytning i brosket med 0,1 mm/år medan de som fick svavelämnena saknade denna nedbrytning.

De medicinskt sakkunniga anser att glukosaminsulfat har en resorptionsförmåga på 90 procent och att kondroitinsulfat resorberas till 8-10 % , Det finns inte några vetenskapliga undersökningar som bevisar att kombinationen skulle ge bättre effekt än enbart glukosaminsulfat, men så kan det ändå vara. Själv vill C-G Nilsson inte ta ställning till vilket som är bäst utan nöjer sig med att konstatera att enbart kondroitinsulfat inte säljs i Sverige.

Problemet med glukosamin- och kondroitinsulfat är att de är naturliga ämnen vilka således inte går att patentera eftersom de finns i naturen. De framställs av hajbrosk, snäckskal eller kreatursbrosk. Dr Nilsson ser sulfatet i preparaten som en mycket viktig komponent och han anser att glukosaminsulfatet kan ha en ännu bättre effekt än hydroklorid.

Rörelse viktig

För de bakomliggande mekanismerna i leden vid osteoartros är bland annat tillgången av byggmaterial viktig. I ledvätskan finns varken blodkärl eller nervtrådar och därför är själva rörelsen viktiga för att näringstillförseln, nutritionen, skall vara god. Detta har man kunnat visa i djurmodeller, främst hos kanin och hund. Om man gipsar in en led så att den naturliga rörligheten, belastningen och avlastningen störs så uppstår en artros. Samma sak händer om man gör leden instabil genom att skära av ett ledband. Det gamla ordspråket: För lite och för mycket skämmer allt, visar sin

riktighet. För att undvika artros skall man röra sig med en lämplig belastning och inte tro att vila befrämjar hälsan i detta fall. Dr Nilsson rekommenderar varmvattenbassängträning eftersom det är enkelt att gradera belastningen där. Han tycker att vården och de som använder den idag ofta gör det enkelt för sig genom att fokusera på att gapa och svälja ett piller.

Broskets uppbyggnad har ur mikrobiologisk synvinkel en molekylär ryggrad - hyaluronsyra. den har andra molekyler kopplade till sig. Ledhinnan, synovian, och broskcellerna producerar hyaluronsyra som har en hög viskositet, vilket gör den stötdämpande och på så sätt skyddar ledbrusket från stötar samtidigt som den smörjer själva ytan så att friktionen blir liten och broskytorna glider lätt mot varandra. Ur tuppkamsextrakt kan man framställa hyaluronsyra som man sedan kan injicera i leder.

– Ett dyrt sätt som också kan medför infektionsrisk, för leder är känsliga ur bakteriell synvinkel, framhåller C-G Nilsson. Dessutom är tuppkamsextraktets (hyaluronsyrans) halveringstid kort vilket betyder att man måste upprepa ledinjektionerna. Numer används detta preparat standardmässigt inom ögonkirurgin där det har ett mycket stort värde.

Doktor Nilsson berättar att undersökningar har visat att glukosaminsulfat stimulerar kroppens egen produktion av hyaluronsyra, vilket han finner mycket intressant för osteoartrospatienterna. Fler studier behövs för att på ett vetenskapligt sätt kunna bevisa detta. Bekymret är dock att finna sponsorer som är villiga att satsa. Eftersom det inte går att patentera medlet så tror han inte att de stora läkemedelsföretagen är intresserade. Han tar också avstånd ifrån dem som med olika tillsatser och ett otillbörligt sätt marknadsför glukosaminsulfat med tillsats av till exempel svartpeppar, ingefära och gurkmeja.

– Hästskojerifasoner, utbrister han uppbragt och påpekar att detta är ohederligt också ur den synvinkeln att

riskerna för interaktioner, påverkan på andra mediciner, ökar med alla tillsatser. Ämnen som bygger på marknadsföringseffekter har ingenting med klinisk verksamhet att göra och gagnar inte patienten. Ofta bygger reklamen på enskilda fallstudier, som inte bevisar mer än vad en speciellt utvald person säger.

Det gör C.G Nilsson illa till mods och han vill inte klumpas ihop med dem som gör på detta sätt, även om han tror på glukosaminsulfatets egen positiva påverkan på ledbrusket. Han vill finnas på patienternas sida, tillvarata deras intressen, och det till lägsta tänkbara kostnad.

– Man måste lägga medicinska aspekter på medlet. Att glukosaminsulfat i dess alla former säljs så bra i landet är bevis på folks desperation efter ett medel de inte kan få på apoteket, säger C-G Nilsson.

Han skulle välkomna kritiskt, vetenskapliga studier där man dubbelblindt mäter olika parametrar objektivt, exempelvis med röntgen eller uppmätt gångförmåga, likväl som med symptomatiska variabler.

– Det vore spännande att se hur glukosamin- och kondroitinsulfat stimulerar ledens egen produktion av hyaluronsyra. Men det är dyrt och komplicerat, säger han, och framhåller att vi får kanske nöja oss med de studier som genomförs utomlands. I andra länder säljs glukosaminsulfat som läkemedel eller kosttillskott och vi får se om inte Läkemedelsverket i Sverige snart kommer att reagera på något sätt, fortsätter han.

Dr C-G Nilsson tror att glukosaminsulfat i framtiden kan bli ett värdefullt tillskott till behandlingsarsenalen för osteoartros i Sverige. Speciellt eftersom det är ett kroppseget ämne som inte interagerar med andra mediciner och inte heller medför några biverkningar som paracetamol gör genom sin utarmning av svavlet i kroppen. Dessutom är det känt att sulfat, det vill säga svavel, är viktigt för broskets uppbyggnad.



C-G Nilsson

C-G Nilsson är specialist i invärtes medicin och rehabiliteringsmedicin, och har varit klinikchef på Södersjukhusets och Hudinge sjukhus rehabiliteringsmedicinska kliniker. Han har fortfarande ett rum till sitt förfogande på Novum.

Sedan han pensionerats har han fortsatt att fördjupa sig i frågor som rör glukosaminsulfatet. Förutom att ämnet intresserar honom såg han sig tvungen till det efter den lavin som utlöstes av en artikel som han skrev i Pro Sana för ett par år sedan.

– Det var jag inte beredd på, säger han, men har man jobbat ett helt liv som läkare så har man lärt mycket och det mest sanna är att patienten alltid har rätt. Det är därför som placebo inte kan karakteriseras som inbillning, för placebo har en fin helande kraft eftersom det mobiliserar kroppens egna möjligheter till läkning.