

## Naturmedel i Sverige enligt kinesisk medicin. Del 4

Av Peter Torssell

### Echinacea (solhatt)

**När vi träffar patienter kommer förr eller senare frågeställningen om echinacea passas dem när de blir förkylda eller när influensan är på väg. Utifrån TKM är det mycket viktigt att hantera infektioner på rätt sätt så att de inte leder till kroniska komplikationer. Därför behöver vi förstå echinacea även utifrån TKM:s perspektiv.**

Echinacea eller solhatt som den heter på svenska är den mest sålda örten mot förkylningar och andra luftvägsinfektioner i Sverige. Den ingår i fler kända preparat och säljs till och med på Apoteket. I USA visade en undersökning att echinacea är det mest populära naturmedlet. Den började bli allmänt känd först om 60-talet tack vare effektiv marknadsföring och förmodligen nöjda användare. Den kommer ursprungligen från nordamerika och har använts av indianer vid bl a förkylning, kroniska sår och ormbett. I Kina finns den dock inte.

Det finns tre echinacea-släktingar som brukar användas med liknande effekter; E. Purpurea, E. Pallida och E. Angustifolia. Man använder rotdelarna i medicinskt syfte, men gällande E. Purpurea kan även växtdelarna från ovan jorden användas.

I Sverige används mest röd solhatt dvs E. Purpurea antingen ensam eller i preparat med fler örter. Den finns till exempel ensam i Echinagard som använder råsaften av dess blomma och i Echinaforce som använder tinkturen av hela örten. I Kan Jang används den tillsammans med rysk rot (som jag kommer att skriva om senare i denna serie), en indisk ört vid namn Adhatoda vasica och den västerländska lakritsroten. Kan Jangs namn låter kinesiskt men som ni ser är den minst lika västerländsk.

I ett annat känt preparat mot förkylning, Esberitox, ingår däremot E. Pallida, och inte E. Purpurea, som en av ingredienserna.

### **Echinacea enligt TKM**

Eftersom den inte finns i Kina får vi förlita oss på vad västerländska terapeuter säger om den. Jeremy Ross är en erfaren TKM-terapeut och örtmedicinskt skolad som skrivit om echinacea utifrån traditionell användning, egen erfarenhet och den forskning som finns att tillgå. Hans slutsats är följande:

Echinacea är sval, kryddig, bitter och lite söt och påverkar lungan, urinblåsan och hud samt kroppen generellt.

- **den eliminerar vind hetta**

Det kan vara i behandlingen av förkylning, influensa, ofta med feber, rinit, sinusit, luftvägsinfektioner, bronkit och lunginflammation

- **den eliminerar kvarvarande patogena faktorer samt stärker och reglerar wei qi (försvars qi).**

Det kan vara vid allergisk rinit, efter en förkylning, långvarig trötthet eller för att förebygga vid återkommande infektioner hos en svag person

- **den klargör lungan från hetta och hetta slem**

Det kan vara vid luftvägsinfektioner, bronkit och lunginflammation

- den **elimineras hetta toxiner**

Det kan vara vid bölder, abscesser, blodförgiftning, gangrän och leukorré

- den **klargör urinblåsan från hetta och fukt**

Det kan vara vid urinvägsinfektion

Eftersom den troligen har sval temperatureffekt bör den kombineras med andra örter om man ska behandla kyla-tillstånd. Om det t ex är bihålebesvär med kyla kan echinacea kombineras med färsk ingefära (sheng jiang). Om extern kyla visar sig i form av allergisk rinit förslår Jeremy Ross att kombinera den med efedra (ma huang).

### **Kontraindikationer**

Enligt TKM:s syn bör man vara försiktig i användningen av echinacea vid kyla och brist. Det finns rekommendationer och diskussioner om att echinacea inte bör användas vid autoimmuna sjukdomar som t ex viss reumatism, eller vid tillstånd som MS, leukemi, TBC etc. Detta bygger på hypotesen att om echinacea stärker immunförsvaret kan det leda till besvär vid ovan nämnda tillstånd, men enligt Jeremy Ross är inte detta bevisat. Man har sett att echinacea påverkar en del av leverns nedbrytningssystem, CYP3A4, ungefär som t ex omega 3 eller granatäpple kan göra. Man vet inte riktigt vad detta innebär men förmodligen interagerar den med nedbrytningen av vissa läkemedel, som följaktligen påverkar optimal dosering. Läkemedelsverket rekommenderar att echinacea inte används längre än 2 veckor och det beror på otillräcklig säkerhetsdokumentation.

### **Forskning**

**Antimikrob effekt.** Echinacea hämmar influensa- och herpesvirus samt ökar alfa- och beta-interferon. E. Purpurea och E. Angustifolia hämmar E.coli, pseudomonas aeruginosa och leishmaniaparasiter. E.purpurea har i en dubbelblindstudie visat sig hämma genital herpes. I en dubbelblindstudie förkortades förkylningstiden till 6 dagar när man tog E. Purpurea jämfört med en kontrollgrupp som i genomsnitt var förkylda i 9 dagar. E.Purpurea förhöjde den antifungala effekten i en kräm som användes utvärtes mot svamp.

**Antiinflammatorisk effekt.** En tysk undersökning visade att echinacea har antiinflammatorisk effekt vid olika hudbesvär.

**Antioxidant effekt.** Metanolextrakt av echinacea hade en antioxidant effekt vid fria radikalangrepp av lipoproteiner. Man tror att den också kan skydda oss från skadlig UV-strålning.

**Immunreglerande effekt.** Echinacea stimulerar fagocytos, ökar funktionen hos natural killer celler vid AIDS och kronisk trötthet. Vidare ökar den makrofagos mot tumörceller och forskning visar positiva effekter vid leukemi enligt djurförsök.

Det finns en del röster som hörs endast om viss negativ information kommer t ex vad gäller naturmedicin. När en amerikansk studie om echinacea och förkylning publicerades som inte visade på några signifikanta effekter, vaknade en del tidningar till som sällan hörs om positiva resultat publiceras om naturmedel. Det skrevs också en artikel i Läkartidningen av en läkare med rubriken; ”Ingen effekt av solhattsextrakt mot förkylning - Varför fler studier?”. Farmakognosidoktor Jan G. Bruhn kritiserade denna artikel som onyanserad och irrelevant för svenskt vidkommande. Dels använde man i den

åsyftade studien för låg dos t ex utifrån WHO:s monografi om echinacea. Vidare användes en echinacea-släkting, *E. Angustifolia* som inte finns i de svenska preparaten. Eftersom vi använder *E. Purpurea* och *E. Pallida* är det ovetenskapligt att hänvisa till en släktings misslyckande för att ifrågasätta echinaceans användning i Sverige. Dessutom var det bara en studie och det anses sällan inom skolmedicinen vara tillräckligt bedömningsunderlag.