

**Kosttilskudd forårsaket heller ikke i 2018 dødsfall i USA!**

Grunnet norske ”eksperters” advarsler om ”farlige” kosttilskudd kan man lure på hvor alle dødsfallene skjer. De er ikke funnet noe sted så vidt vi vet. I USA selges tusenvis av ulike kosttilskudd, mange i svært høye doser, i helsekostforretninger, på supermarkeder og apotek. Med omkring 327 millioner innbyggere i 2018, hvorav omkring 77 prosent av alle fra de er 18 år gamle tok tilskudd,<sup>1</sup> kunne man forvente at flere døde av overdoser. Artikkelforfatteren dokumenterer at det ikke er funnet,<sup>2</sup> hvilket vi håper blir lagt merke til av norske myndigheter, som med stor motvilje må innrette seg etter et mer liberalt EU-regelverk, som faktisk har tvunget fram en viss liberalisering i Norge.

Tekst Andrew W. Saul

Tilrettelagt/oversatt Dag Viljen Poleszynski

Den 36. årsrapporten fra USAs forening av giftkontrollsentre<sup>3</sup> (AAPCC) viser null dødsfall av noe vitamin. De støtter seg til data vist i tabell 22B, sidene 1412–3 på slutten av rapporten, som er publisert i *Clinical Toxicology*.<sup>4</sup> Det er interessant at dataene er så diskret plassert helt bakerst der trolig ingen nyhetsjournalist vil legge merke til den.

Men vent, det er mer:

- AAPCC-rapporten viser *ingen* dødsfall som følge av *noe* mineraltilskudd.
- Det ble ikke rapport om *noen* omkomne etter bruk av aminosyrer, kreatin, blågrønne alger, glukosamin eller kondroitin.
- Det var heller ingen dødsfall fra urter. Dette betyr *ingen* dødsfall i det hele tatt av klaseormedruer [*Cimicifuga racemosa*, i Norge legemiddel<sup>5</sup>], rød solhatt [*Echinacea purpurea*, som ifølge *Dagbladet* ”kan være farlig”<sup>6</sup>], *Ginkgo biloba* [reseptfritt legemiddel i Norge], ginsengrot (*Ginseng radix*), kava-kava [*Piper methysticum*, i Norge reseptpliktig<sup>7</sup>], prikkperikum eller johannesurt [*Hypericum perforatum*, reseptfritt legemiddel], legevendelrot eller valerian [reseptfritt], yohimbe [*Coryanthe yohimbe*, som Mattilsynet mener være helsefarlig<sup>8</sup>], leddris [*Ma huang/Efedra sinica*; legemiddel i Norge], guarana (*Paullinia cupana*, legemiddel i Norge<sup>9</sup>), kolanøtt eller yerba mate<sup>10</sup> [*Ilex paraguariensis* brukes som te]. Det var heller ingen dødsfall fra energidrikker. *Orthomolecular medicine News Service* mener at en rekke av disse varene er feilaktig klassifisert som kosttilskudd, men AAPCC rapporterte likevel at de forårsaket null dødsulykker.
- Det var ingen dødsfall som følge av noe homøopatisk middel, asiatisk, spansk eller ayurvedisk medisin. Ingen.

På side 1407 blir ett enkelt dødsfall tilskrevet en ”ukjent kulturmedisin”, og fem dødsulykker er påstått å være forårsaket av noen ”ukjente kosttilskudd eller homøopatiske midler”. Det åpenbart usikre forbundet med slike oppføringer svekker enhver påstand om gyldighet. Noe forårsaket de seks dødsfallene, men etterforskerne aner ganske enkelt ikke hva det var og klandrer derfor kosttilskudd eller naturmiddel. Det blir omtrent som om en politietterforsker som forteller dommeren at et drap ble begått av enten en av mann, kvinne eller et dyr, kanskje med kniv, pistol eller klør. Få aktorer ville utstede en arrestordre basert på tilsvarende utsagn.

I løpet av hele 2018, fra kyst til kyst over hele USA, ble det ikke oppdrevet et eneste dødsfall av et vitamin, mineral eller noe annet kosttilskudd. Hvis de angivelig er så ”farlige” som

USAs mattilsyn (FDA), nyhetsmediene og til og med noen leger fremdeles hevder, hvor er da alle likene?

Ramme\*\*\*\*\*

### **Om forfatteren**

Andrew W. Saul (f. 1955) har redigert *Orthomolecular Medicine News Service* (OMNS) i 16 år og er hovedredaktør for *The orthomolecular treatment of chronic disease* (Laguna Beach, CA: Basic Health Publications, Inc., 2014), jf. *Helsemagasinet* 7/2015. Hans forrige bidrag ble publisert i 5/2019, og vi har dermed publisert 26 artikler av ham.

Redaksjonsrådet i OMNS har for tida 41 medlemmer fra 16 forskjellige land og sender artiklene til omkring 23 000 mottakere over hele verden.

E-post: omns@orthomolecular.org.

Ramme slutt\*\*\*\*\*

Kilder:

---

<sup>1</sup> CRN Consumer Survey on Dietary Supplement, 30.9.2019.

<https://www.crnusa.org/newsroom/dietary-supplement-use-reaches-all-time-high-available-purchase-consumer-survey-reaffirms>

<sup>2</sup> Saul AW. No deaths from vitamins. None. OMNS 16.12.2019.

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v15n20.shtml>

<sup>3</sup> American Association of Poison Control Centers; <https://www.aapcc.org/>

<sup>4</sup> Gummin DD, Mowry JB, Spyker DA mfl. 2018 Annual Report of the American Association of Poison Control Centers' National Poison Data System (NPDS): 36th Annual Report. *Clinical Toxicology* 2019, 57: 12: 1220–1413.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15563650.2019.1677022>

<sup>5</sup> Norsk Helseinformatikk AS, 5.12.2019. <https://nhi.no/livsstil/alternativ-medisin/naturpreparat/klaseormedue/>

<sup>6</sup> Thorenfeldt G. Solhatt kan være farlig. *Dagbladet.no* 19.10.2006.

<https://www.dagbladet.no/nyheter/solhatt-kan-vaere-farlig/66264820>

<sup>7</sup> Kava. <https://no.wikipedia.org/wiki/Kava>

<sup>8</sup> Yohimbe/yohimbin – kan være helsefarlig. 25.1.23017.

[https://www.mattilsynet.no/mat\\_og\\_vann/spesialmat\\_og\\_kosttilskudd/kosttilskudd/yohimbeyohimbin\\_\\_kan\\_vaere\\_helsefarlig.25272](https://www.mattilsynet.no/mat_og_vann/spesialmat_og_kosttilskudd/kosttilskudd/yohimbeyohimbin__kan_vaere_helsefarlig.25272)

<sup>9</sup> Legemiddellisten, unntakslisten og urtelisten. 4.11.2005.

<https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1999-12-27-1565>

<sup>10</sup> Mate. <https://no.wikipedia.org/wiki/Mate>