

Ruusunmarja hoitaa nivelrikkoa tehokkaammin kuin glukosamiini

Yksi suosituimmista ravintolisistä – glukosamiinihydrokloridi – ei ehkä olekaan lumelääkettä tehokkaampi nivelrikon hoidossa. Tieto käy ilmi tanskalaistutkimuksesta, jossa tehtiin yhdistelmäanalyysi lukuisia nivelrikkopotilaita käsittäneistä tutkimuksista⁽¹⁾.

Maailmanlaajuisessa nivelrikkokongressissa Kanadassa esitelty tulos osoittaa, että glukosamiinia suuremman ja todennäköisemmän hyödyn voi saada käyttämällä ravintolisänä koiranruusun (*Rosa canina*) siemenistä ja kuorista saatavaa ruusunmarjajauhetta. Kun ruusunmarjatutkimukset analysoitiin samalla tavalla kuin glukosamiinitutkimukset, ruusunmarja osoittautui selvästi paremmaksi nivelrikkokipujen hoitokeinoksi kuin suosittu glukosamiini.⁽¹⁾

Kiistelty glukosamiini

Glukosamiinihydrokloridin käytöstä nivelrikon hoidossa on kiistelty jo vuosia. Useissa laadukkaissa, yksittäisissä tutkimuksissa kyseisen ravintolisän käytöllä ei ole havaittu minkäänlaista hyötyä nivelrikkoon liittyvän nivelkivun hoidossa. Näin ollen jotkut asiantuntijat ovatkin todenneet, että nivelrikon hoito tavanomaisella kolmesti päivässä otettavalla 500 mg glukosamiiniannoksella on hyödytöntä.⁽²⁾

Suomalaisessa Käypä hoito -suosituksessa todetaan, että glukosamiini ei eroa lumelääkkeestä, jos analyysiin otetaan vain tasokkaat tutkimukset [213], silti useat yleislääkärit jatkavat glukosamiinin määräämistä potilailleen selkeiden todisteiden puuttumisesta huolimatta.

Ruusunmarjan teho nivelrikon hoidossa

Ruusunmarjavalmisteen saa yhä enemmän mielenkiintoa maailman nivelspesialisteilta. Kuten kongressissa todettiin, *Rosa canina* -ruusunmarjajauheen tutkimukset ovat toistuvasti todistaneet jauheen kyvyn lievittää nivelkipuja ja vähentää muun, nopeavaikutteisen kipulääkityksen tarvetta.⁽³⁾ *Rosa canina* -ruusunmarjajauheella on todettu tulehdusta tehokkaasti rauhoittavia ominaisuuksia, jotka kenties selittävät jauheen tehon nivelrikon hoidossa.

Nivelrikon esiintyvyys ja sen aiheuttama taloudellinen menetys yhteiskunnalle on vähintään sama tai usein suurempi kuin – sydän ja verisuonisairauksien, syövän, mielenterveyshäiriöiden, diabeteksen ja astman – jotka ovat terveydenhuollossa priorisoituja sairauksia.

Lähteet:

1. Christensen R, Bartels EM, Bliddal H. Efficacy of glucosamine hydrochloride or specialized rosehip powder in osteoarthritis patients: an indirect comparison meta-analysis. Poster presentation at the *World Congress on Osteoarthritis (OARSI)*, Montreal, 10–13 September 2009.
2. Vlad SC, LaValley MP, McAlindon TE *et al.* Glucosamine for pain in osteoarthritis. Why do trial results differ? *Arth Rheum* 2007; **56**: 2267–2277.
3. Christensen R, Bartels EM, Altman RD *et al.* Does the hip powder of *Rosa canina* (rosehip) reduce pain in osteoarthritis patients? – a meta-analysis of randomized controlled trials. *Osteoarthritis Cartilage* 2008; **16**: 965–972.

Lisätietoja:

Toimitusjohtaja Kari Haapakorva, kari.haapakorva@axellus.fi, p. 010 218 3701 tai 040 577 9696
PR- ja viestintäpäällikkö Susanna Nikko, susanna.nikko@axellus.fi, p. 010 218 3706 tai 050 5517 118

Axellus on Pohjoismaiden johtava terveystuotteiden valmistaja ja markkinoija, jonka tunnetuimmat tuotemerkit Suomessa ovat Möller, Nutrilett, Ladyvita, Sana-sol, Gerimax, Antisalt ja Litozin. Axellus Oy:n liikevaihto on noin 17 milj. euroa ja yritys työllistää 20 henkilöä (2009). Axellus on osa norjalaista Orkla-konsernia. www.axellus.fi.