

GAIA OXYTARM- FÖR BÄTTRE TARMFUNKTION OCH HÄLSA

Klinisk fall-studie

Pernilla Örnéus¹

Naturläkare/Dipl. homiatriker ledamot nr 439

Britt-Marie E Karlsson

Sjuksköterska/Hälsocoach

SAMMANFATTNING

Oxytarm är ett preparat som syftar till att förbättra tarmens funktion.

I denna fallstudie undersöktes effekten av behandling med Oxytarm på tio försökspersoner/patienter med varierande mag-/tarmproblem av långvarig natur. Efter behandling erhöll samtliga försökspersoner en markant förbättring av symtom från mag-/tarmkanalen. Flera försökspersoner blev helt besvärsfria. En stor del av studiegruppen rapporterade också ökad energi och förbättrat allmäntillstånd.

Resultaten från denna första kliniska studie är intressanta och viktiga. Det är angeläget med nya mer omfattande studier med Oxy-tarm-behandling av patienter med olika typer av tarmbesvär.

INTRODUKTION

Vi lever allt längre, men det finns en lång rad miljö- och livsstilsfaktorer som kan inkräkta på och försämra hälsan och livskvalitén. Detta gäller inte minst luftföroreningar, felaktigt sammansatt och näringsmässigt utarmad kost, rökning (även passiv) och för höga alkoholintag.

För att kunna må riktigt bra är det grundläggande med en fullvärdig kost. Många vet en hel del om hur de borde äta men hur ser det ut i praktiken? Vi äter alltmer snabbmat, läsk, godis och drabbas av olika grader av oftast dolda brister.

Ett annat problem är stress – säg den som inte av och till är stressad i dag? Ett alltför stressigt liv leder ofta till mag-tarmproblem och försvagar på immunförsvaret.

Mag- och tarmbesvär blir allt vanligare och med dem riskerar vi att komma in i en ond cirkel där vi är stressade, äter sämre, får ett sämre näringsupptag samt därmed även sämre försvar mot ovälkomna inkräktare som bakterier, virus och andra belastningar på kroppen.

¹ För presentation se bilaga

Tarmen en viktig del av vår hälsa

En stor del av vårt immunförsvar finns i tarmen och omgivande vävnad. En dåligt fungerande tarm kan därför försvaga immunförsvaret. Den normala tarmfloran har en rad olika funktioner av vilka flera förmodligen fortfarande är ofullständigt kända. En bra kost med tillräckligt intag med fibrer bidrar till att skapa en bra bakterieflora i tarmen. Vilket är nödvändigt för att tarmen skall fungera bra.

Obalanser i tarmen orsakas bl.a. av antibiotikabehandling, dåliga kostvanor och stress. Det kan resultera i matsmältningsbesvär, stört immunsystem eller bildning av toxiska och cancerogena ämnen i tarmen som påverkar vår kropp negativt. Vi bör därför hjälpa tarmen att på bästa möjliga sätt för att skapa förutsättningar för att den skall fungera optimalt. En frisk tarm är grundläggande för en väl fungerande ämnesomsättning, eftersom denna är beroende av den energi och de byggstenar som tas upp i tarmen. Därmed blir hela kroppens funktion och välbefinnandet beroende av en fungerande tarm. Alldeles särskilt som kosten hos många individer är bristfällig.

Oxytarm

De aktiva ingredienserna i Oxytarm består av oorganiskt bundet magnesium, C-vitamin och bioflavonoider. Innehållet per kapsel är 36mg C-vitamin, 25mg citrus-bioflavonoider och 150mg magnesium.

Det är väletablerat att magnesium har en dosberoende tarpådrivande effekt vid förstoppning hos både barn och vuxna. Magnesium i form av oorganisk magnesiumhydroxid har även visat lindrande effekter vid halsbränna (1,2,3,4). Den främsta orsaken till magnesiums positiva effekter vid förstoppning är förmodligen magnesiums betydande vattenbindande förmåga. Varje magnesiumjon kan nämligen binda sex vattenmolekyler till sig. Det bildas då ett s.k. akvarekomplex av typen hexahydrat med den kemiska formeln $Mg(H_2O)_6^{2+}$. Magnesiums stora vattenbindande egenskaper gör att tarminnehållet får större volym och blir mjukare, tarmperistaltiken förbättras och i slutändan underlättas tarmtömning.

En ökad frisättning av kolecystokinin (pankreozymin) är en möjlig bidragande orsak till magnesiums dokumenterat goda farmakologiska effekt vid mag-tarmbesvär. Kolecystokinin är ett peptidhormon som stimulerar frisättningen av nödvändiga enzymer för matsmältningen och galla till tunntarmen. Därtill kan nämnda peptidhormon ha en hungerdämpande effekt (5).

Även om magnesium är en naturlig och säker behandling för vuxna, så kan för höga doser leda till mag-tarmproblem med svåra diarreer och vätskerubbningar hos mindre barn och spädbarn. När det gäller dessa grupper ska magnesium därför användas med försiktighet efter inrådan av läkare (6).

Både magnesium och vitamin C utgör mikronäringsämnen för vilka man ibland finner latent eller dolda brister av hos den allmänna befolkningen (7). Eftersom magnesium och vitamin C har en mångfald nödvändiga funktioner i cellernas ämnesomsättning, så kan Oxytarm också bidra till att förbättra kroppens ämnesomsättning.

I tarmen eliminerar vitamin C dessutom effektivt toxiska och mutagena ämnen, av typen nitrosaminer, som bildas efter intag av vissa födoämnen, exempelvis rökt korv och skinka (8,9).

Flavonoider definieras inte som näringsämnen, men har viktiga reglerande och cellskyddande antioxidativa funktioner i kroppens olika vävnader samt stärker C-vitaminets viktiga antioxidativa effekter som bl.a. sker i samverkan med olika tokoferoler eller vitamin E (10).

Ovanstående pekar på att Oxytarms innehåll av aktiva ämnen på olika sätt kan samverka och motverka förstoppning samt befrämja en normalt fungerande tarm.

Syfte

Syftet med studien var att studera den kliniska effekten på tarmfunktion och övrig hälsa av preparatet Oxytarm på en grupp patienter med olika former av mag-/tarmproblem.

MATERIAL OCH METODER

I studien ingick 10 vuxna patienter/försökspersoner (sex kvinnor 25-52 år, fyra män 40-56 år) som kommit till mottagningen för olika mag-/tarmproblem

En försöksperson hade sedan många år den inflammatoriska tarmsjukdomen ulcerös colit. Studien påbörjades i februari 2004 och alla försökspersoner behandlades och följdes upp under minst två månader, i vissa fall upp till fyra månader. Doseringen av Oxytarm var 3-5 tabletter dagligen. En försöksperson startade med en tablett dagligen för att successivt öka dosen till fyra tabletter om dagen.

RESULTAT OCH DISKUSSION

Alla 10 försökspersoner fick oberoende av arten av mag-tarmbesvär antingen en total symtombefrielse eller en påtaglig lindring av sina symtom samt en bättre fungerande tarm. Merparten av försökspersonerna fick även betydligt mer energi och blev allmänt piggare. Mer detaljerade resultat för de enskilda patienterna finns nedan under rubriken Fallbeskrivningar.

Denna öppna studie visar mycket god symtomlindring hos 10 försökspersoner. Oberoende av arten av mag-tarmbesvär har samtliga blivit betydligt bättre eller helt besvärsfria efter intag av Oxytarm. Resultaten är mycket intressanta och det är angeläget med nya mer omfattande studier på patienter med olika typer av tarmbesvär.

Fallbeskrivningar

FALL 1

Kvinna 30år

Anamnes: Förstoppning, kan gå 4-7 dagar utan tarmtömning. Mellan tömningarna smärta i mage/tarm. Trött, orkeslös, huvudvärk varje dag, stressad.

Behandling: 4 tabletter Oxytarm till kvällen innan sänggående i 5-6dagar, därefter 3tabl./dag

Efter 1 vecka började tarmen tömmas varje dag. Efter 2 veckor började patienten känna sig piggare. Efter två månader har fått patienten fått tillbaka energin. Har haft huvudvärk bara en gång de senaste sex veckorna. Har inte haft ont i magen någon gång, mindre svullen i buken.

Mår mycket bättre efter 4 månader, gladare, orkar arbeta igen. Problem med allergi som brukar vara besvärliga har varit lindrigare i år än tidigare

FALL 2

Man 46år

Anamnes: Orolig mage, magkatarr. Haft magsår 1997. Har svullen/gasig buk. Kan ej äta viss mat eftersom det ger magsmärtor, speciellt fet mat. Tarmtömningen oregelbunden, kan gå flera dagar emellan.

Behandling: 4 tabletter på kvällen i en vecka därefter 2 på morgonen och 2 på kvällen

Efter första veckan började tarmen tömmas varannan dag. Efter ca tre veckor började tarmen tömmas varje dag, magen blev lugnare. Efter 3 månader fungerar magen bra och patienten har inte längre känning av magkatarren. Är piggare och gladare. Ej haft problem med gaser eller känt sig uppsvälld.

FALL 3

Kvinna 33år

Anamnes: Haft problem med magen sedan tonåren. Haft Colon irritabile sedan tjugofemårsåldern. Ätit fibrer, men det har inte hjälpt. Kraftiga kramper och diareéer flera gånger i veckan. Reagerar starkt på stress och fet mat. Har också problem med huden,

Behandling: 2 tabletter på morgonen och 2 tabletter på kvällen.

Efter två veckor kände hon en stor skillnad i magen, den blev lugnare.

Efter två månader har patienten ej längre problem med kramper. Efter fyra månader tycker hon att huden har blivit bättre och hon har ej längre några problem med vare sig diareéer eller kramper.

FALL 4

Kvinna 27år

Anamnes: Problem med magen i fem år - magkramper och problem med förstoppning. Trötthet, orkar inte arbeta/utmattningssymtom.

Behandling: 4 tabletter på kvällen i en vecka, därefter 2 på morgonen och 2 på kvällen.

Efter en vecka fungerar magen bättre, men den var trög de tre första dagarna. Efter två veckor känner hon sig piggare och mår bättre. Efter fyra månader orkar hon mycket mer än förut och koncentrationsförmågan är bättre. Har inte längre några problem med magen.

FALL 5

Man 56år

Anamnes: Problem med magen sedan 25 års ålder. Ulcerös colit (ej blodig det senaste året), Besvär med magkramp och smärta. Är trött, har problem med allergier och smärta i kroppen samt spänningshuvudvärk.

Behandling: började med 1 tablett om dagen för att se om det går bra med tanke på blödningar i tarmen, ökade efter tre dagar till 2 tabletter på kvällen och efter en vecka 2 på morgonen och 2 på kvällen.

Efter två veckor känns magen mycket bättre. Efter två månader har patienten ej haft ont i magen de senaste veckorna och inte heller ont i huvudet lika ofta. Efter fyra månader känner patienten sig piggare, magen är lugnare. Inte haft lika ont i kroppen eller besvär med spänningshuvudvärken.

FALL 6

Man 40år

Anamnes: Colon irritabile och stressmage. Trött och hängig. Har huvudvärk, illamående och är stressad. Behandling: 4 tabletter på kvällen i en vecka, sedan 2 på morgonen och 2 på kvällen.

Efter tre veckor känner han sig piggare. Magen och tarmen är lugnare och patienten har inte haft ont i huvudet eller känt illamående de senaste dagarna.

Efter två månader betydligt gladare och piggare och haft problemen med magen och huvudvärken har försvunnit.

FALL 7

Man 41år

Anamnes: Magkatarr. Är orolig och stressad. Äter mycket snabbmat. Har behandlats med Losec förut.

Behandling: 3 tabletter på morgonen och 2 på kvällen i en vecka, därefter 3 på kvällen.

Kände av förbättringar redan första veckan. Efter två månader känner han sig lugnare och effektivare på arbetet, tar sig tid att äta bättre. Är inte lika glömsk och magen har aldrig varit så lugn.

FALL 8

Kvinna 25 år.

Anamnes: Förstoppning sedan 18 års-åldern. Matallergier med gluten- och laktosintolerans sedan 5 års ålder.

Behandling: 4 tabletter på kvällen i en vecka, därefter 2 på morgonen och 3 på kvällen.

Efter två veckor har patienten fått igång tarmen. Efter tre månader känner hon sig mindre svullen och har gått ned 5,5 kg i vikt. Har inte haft problem med magsmärtor sedan tarmen börjat fungera varje dag. Känner sig piggare.

FALL 9

Kvinna 52år

Anamnes: Colon irritabile/magkatarr sedan 30 års ålder, övervikt.

Behandling: 3 tabletter på kvällen 2 på morgonen i en vecka sedan 2 på kvällen och en på morgonen.

Efter de första veckorna kändes magen mycket lugnare.

Efter två månader har hon inte haft problem med kramper eller diarréanfall.

Efter fyra månader är hon piggare och varit problemfri i magen. Har ej varit sjuk på hela tiden och har även gått ner 6kg i vikt.

FALL 10

Kvinna 36 år

Anamnes: Colon irritabile. Magsår 2001. Känningar av magkatarr och sura uppstötningar. Orolig i magen. Migrän.

Behandling: 3-4 tabletter på kvällen i en vecka, därefter 2 på morgonen och 2 på kvällen.

Efter två veckor tycker hon det känns bättre och hon är inte längre spänd i buken.

Efter två månader känns magen bra och tarmen fungerar som den ska. Har ej haft migrän på länge sedan hon började med Oxytarm.

Lugnare och gladare och orkar med barnen nu tack vare att magen fungerar igen.

Referenser:

1. CE Curry. Laxative products. In: Handbook of nonprescription drugs. 1983, 6th ed., pp. 69-92, American Pharmaceutical Association, Washington DC.
2. FJ Tedesco & JT DiPiro. Laxative use in constipation. American College of Gastroenterology's Committee on FDA-Related Matters. Am J Gastroenterol. 1985, 80 (4):303-309.
3. O Kinnunen & J Salokannel. Constipation in elderly long-stay patients: its treatment by magnesium hydroxide and bulk-laxative. Ann. Clin Res. 1987; 19 (5): 321-323.
4. VA Loening & MK Younoszai. Effect of treatment on rectal and sigmoid motility in chronically constipated children. Pediatrics. 1984 Feb, 73 (2): 199-205.
5. AA Izzo, TS Gagarella & F Capasso. The osmotic and intrinsic mechanisms of the pharmacological laxative action of oral high doses of magnesium sulphate. Importance of the release of digestive polypeptides and nitric oxide. Magnes. Res. 1996 Jun;9 (2): 133-138.
6. JM Gattuso & MA Kamm. Adverse effects of drugs used in the management of constipation and diarrhoea. Drug Saf. 1994 Jan; 10(1):47-65.
7. M Nylander. Näringsintag och hälsa. Del IV, i Fri från Amalgam, Scandbook, Falun 1998. S. 247-306. ISBN 91-973015-0-7.

8. CL Walters. The Influence of Ascorbic Acid on the Formation of N-Nitrosamines in Foods, Drugs, Cosmetics and Tobacco. Vitamin C, Applied Science Publishers London & New Jersey, Eds. J.N. Counsell & D.H. Hornig 1981, pp.199-213.

9. H Ohshima & H Bartsch. The Influence of Vitamin C on the in vivo formation of Nitrosamines. Vitamin C, Applied Science Publishers London & New Jersey, Eds. J.N. Counsell & D.H. Hornig 1981, pp. 215-224.

10. M Nylander. Antioxidanter – Skyddet mot fria radikaler. Hälsokostrådets Förlag 1994. ISBN 918617057-0.

Bilaga

Presentation

Jag heter Pernilla och arbetar som Homiatriker i Örebro sedan 1998. I mitt arbete kommer jag i kontakt med många sjukdomar och människor som mår dåligt utav det de dagligen utsätts utav. Därtill icke att glömma bort vad de utsätter sig själva för.

Jag arbetar med att balansera upp kroppen och läka ut olika sjukdomsprocesser. Genom mitt arbete har jag fått insikt i att en frisk mage och tarm är grundläggande för god hälsa.