

---

# Ginseng - neppe til nytte i geriatrisk rehabilitering

---

ARTIKKEL

THOMMESSEN B

LAAKE K

---

## Sammendrag

Ginseng har vært brukt i Østen i flere tusen år, og i den senere tid har forbruket økt betydelig også i den vestlige verden. I kinesisk medisin er ginseng bl.a. blitt brukt til å stimulere metabolismen og til å regulere blodtrykk og blodsukker nivå. Positive effekter på psykomotoriske funksjoner og fysisk utholdenhet er også rapportert.

Vi har evaluert ginseng som et mulig hjelpemiddel i behandling og rehabilitering av geriatriske pasienter i endobeltblind, placebokontrollert studie. Vi rekrutterte 60 geriatriske pasienter, med en gjennomsnittsalder på 77,9 år. Behandlingsgruppen fikk to kapsler Gericomplex og kontrollgruppen to placebokapsler daglig i åtte uker. Hovedvariablene var liggetid i sykehus og praktisk funksjon, men kognisjon, somatiske symptomer, angst og depresjon ble også evaluert. Resultatene viste ingen sikker effekt av ginseng som hjelpemiddel i behandling og rehabilitering av geriatriske pasienter.

---

Publisert: 30. oktober 1997. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.