

# Stor anerkjennelse - Internasjonalt samarbeid

Sammen med verdens ledende vitenskapsmenn, deltok Dr. Marco Harari under den internasjonale fagkongressen. Her høstet han stor anerkjennelse for arbeidet ved DMZ Medical Center og Den Norske Dødehavsklinikken. Dødehavstiftelsen har nå etablert videre samarbeid med ledende fagmiljø i USA, Canada og Tyskland.

*Tekst: Elisabeth Dramsdahl*

Hovedarrangør var Professor Johan E. Moan, som selv er i verdenseliten innen vitamin D forskning. Han er seniorforsker ved Institutt for kreftforskning ved Universitetssykehuset i Oslo og professor ved Universitetet i Oslo. Sammen med forskerkollega Asta Juzeniene deltok han som gjesteforeleser under Dødehavskonferansen i 2013. Dødehavstiftelsen har et nært samarbeid med professor Moan og hans forskerteam ved Oslo Universitetssykehus.

Dr. Harari har vært engasjert i vitamin D forskning de siste 30 årene. Han er medisinsk direktør ved DMZ Medical Center, Dødehavet, hvor han behandler kronisk syke mennesker fra hele verden. Dr. Harari har sammen med legene Jan Haslerud, Rune Dramsdahl og Elisabeth Dramsdahl, bygget opp Dødehavsklinikken, Det Norske Rehabiliteringssenteret. Dette er en norsk klinikk for norske pasienter. Gjennom siste 10 år har nærmere 1.500 langtidssyke nordmenn fått behandling med oppsiktsvekkende gode langtidsresultater. Dr. Harari er leder av Dødehavstiftelsens Vitenskapelige forskningskomite og styremedlem i stiftelsen. Han deltar aktivt i det kliniske arbeidet og behandlingen av de norske pasientene ved Dødehavsklinikken.

Under kongressen ble nyeste kunnskap om risiko ved vitamin D mangel og helsegevinst ved tilstrekkelig vitamin D, lagt frem. Tiltross for navnet, er ikke vitamin D et vitamin. Det er et steroid hormon som kroppen tilegner seg enten fra solstråling eller gjennom tilskudd. Påvirkning av immunsystemet på gennivå, er med å forklare de mange helsegevinster et tilstrekkelig D vitamin nivå i kroppen utgjør. Forskere har påpekt at ved å øke vitamin D3 nivået i befolkningen, kan vi forebygge kroniske sykdommer som hvert år krever nærmere 1 million mennesker livet verden over. Forekomst av kreftsykdommer ville også reduseres dramatisk.

Spesielt interessant er kontakten som ble opprettet med Professor Michael F. Holick fra Boston University Medical Center. Han er professor i medisin, fysiologi og biofysikk og har forsket på vitamin D i 40 år. Han er forfatter bak mer enn 400 vitenskapelige publikasjoner i internasjonale fagtidsskrift.

## Vellykket konferanse om sol, D-vitamin og helse

**Solkonferansen med tema D-vitamin ble nylig avholdt i Oslo. Blant foredragsholderne var dr. Marco Harari, som fortalte om de unikt helsebringende solstrålene ved Dødehavet.**

*Tekst og foto: Jartrud Høstmælingen*

Konferansen ble laget av kolleger til ære for en av verdens fremste eksperter på vitamin D, "solkongen" Johan Moan. Han er professor i strålingsbiologi og forsker ved Radiumhospitalet. Han har gått i bresjen for solesponering på naken hud siden begynnelsen av sin karriere, og ønsket seg denne konferansen i anledning sin 70-årsdag. 79 deltakere fra ti land var samlet på seminaret ved Rica Hotel Holmenkollen 28. og 29. april. Flere av Moans viktigste internasjonale samarbeids-partnere gjennom hans karriere holdt ulike innlegg som belyste helseeffekten av D-vitamin både fysisk og psykisk.

Media var godt representert med journalister fra både ukepresse, fagpresse, NRK radio og TV2.

En av sponsorene, Pharma Nord, tilbød målinger og hadde laget gjettekonkurranse på hvor høyt innhold av vitamin D den enkelte hadde. Resultatene så ut til å være en vekker for flere.



## Noen stikkord fra innleggene:

- Det beste er et balansert nivå vitamin D fra sollys og kosthold – for lavt nivå fører til sykdom og for høye ultraviolette strålingsdoser kan gi blant annet hudkreft og for tidlig aldring av huden.
- Vitamin-D-mangel kan være den hyppigst forekommende medisinske tilstanden hos både barn og voksne over hele verden.
- Et tilstrekkelig høyt D-vitaminnivå hos barn og voksne, kan redusere faren for utvikling av en rekke sykdommer. Det gjelder blant annet hjerte- og karsykdommer, en rekke ulike kreftsykdommer, influensa, depresjon, kronisk utmattelse, autoimmune sykdommer, MS, diabetes type 1 og 2, osteoporose, rakitt. Noen av sykdommene kan være knyttet til morens lave D-vitaminnivå under svangerskapet.
- Det er viktig at verdien av vitamin D? i blodet måles to ganger årlig. Dersom blodprøve viser at vitamin D er tilstrekkelig høyt, dvs. verdi på mer enn 75 nanomol pr.liter, anbefaler norske myndigheter et inntak på 10 mikrogram per dag for barn over to år og voksne (20 mikrogram for personer over 75 år). Dersom verdien er lavere, dvs. utilstrekkelig eller mangel av vitamin D, er det behov for høyere daglig inntak.
- Inntak av vitamin D3 er mer effektivt og anbefalt i forhold til vitamin D2, dersom det er vist vitamin D-mangel.
- På jordens laveste punkt, ved Dødehavet, er det en signifikant lavere UVB-stråling. Dette kan gi økt D-vitamin produksjon uten fare for negative bivirkninger av solens stråler. Ved Dødehavet er det påvist helsegevinst for en rekke sykdommer, blant annet fibromyalgi, kroniske muskelsmerter, revmatiske sykdommer, hjerte- og karsykdommer, lungesykdommer, hudsykdommer, stemningsleie og tarmsykdommer.
- På vinterstid i Norge klarer ikke huden å produsere D-vitamin, fordi strålingen er for svak.
- Fortsatt er det mye vi ikke vet om vitamin D.

## Viktig at Dødehavsklinikken får offentlig støtte

Dr. Marco Harari uttrykker at det er flere grunner til at han tok turen fra Israel: - Hovedgrunnen er å feire Moans 70 årsdag, dessuten er vitamin D av spesiell interesse for oss som arbeider ved Dødehavet, sier han. Dr. Harari forteller, i egenskap av å være styremedlem i Dødehavsstiftelsen, at han håper norske myndigheter får øynene opp for hvilke behandlingsmuligheter som tilbys ved Dødehavs-klinikken. – I blant annet Danmark har pasientreiser til Dødehavet vært statsstøttet i en årrekke, forteller han. Bakgrunnen er at danske politikere har god kjennskap til hvor virkningsfull behandlingen er.

Dr. Harari ble kjent med Johan Moan i forbindelse med at Moan deltok på den årlige konferansen for leger og helsepersonell som blir arrangert ved Dødehavsklinikken. - Moan vet at vi har gode resultater og er genuint opptatt av pasientenes beste, og at behandlingen ved Dødehavet er fri for bivirkninger, sier Harari. Han tilføyer at i løpet av de ti årene som er gått siden oppstart, er nærmere 1500 personer med ulike lidelser blitt bra eller bedre. Og at resultatene er spesielt gode for kroniske sykdommer, som muskel- og skjelettlidelser, muskelsmerte-syndrom, fibromyalgi og ME-CFS.



*Det er viktig for meg å være her og representere Dødehavsklinikken i egenskap av styremedlem for Dødehavsstiftelsen, sier Dr Marco Harari. Han beklaget at dr. Elisabeth Dramsdahl fra Dødehavsklinikken var forhindret fra å komme og holde sitt innlegg, på grunn av uforutsette omstendigheter.*



*Dr Marco Harari, styremedlem i Dødehavstiftelsen, leder av stiftelsens vitenskapelige forskningskomité og lege ved DMZ Medical Center holdt innlegget "The sun shines differently by the Dead Sea."*



*Omtrent 80 konferansedeltakere utgjorde den lydhøre forsamlingen.*



*Johan Moan holdt blant annet inspirerende foredrag om D-vitaminets viktighet opp gjennom historien for utviklingen av menneskeheten. Uten D-vitamin ville vi ikke klart å komme oss opp av havet i urtiden og stå på to ben, da ville benbygningen ha vært for svak, forklarte han.*



*Avslutningsvis var dette ekspertpanelet satt sammen for spørsmål fra salen: Fra venstre: Prof. Johan Moan Ph.D, Prof. Reinhold Vieth (Canada), Prof. Jorg Reichrath (Tyskland), Prof. Michael F. Holick Ph.D, MD (USA), Prof. William B. Grant Ph.D (USA), Dr. Marco Harari (Israel).*