



## Hjärta & hjärna: I huskuren

"En bit vitlök i örat botar öroninflammation". "D-vitamin skyddar mot covid-19". "Ät ostron och höj sexlusten". I Hjärta och hjärna synar vi denna gång ett knippe påståenden om huskurer.

Ja, vad säger egentligen vetenskapen om dessa husliga kurer? Emma Frans och Maja Åström kallar in expertisen och kommer fram till vad som är sant, falskt eller mittemellan. I programmet hör vi **Marina Tuutma, specialistläkare i allmänmedicin** och **Kalle Norwald, socionom och specialist i sexologisk rådgivning**.

## KÄLLOR, KONTAKT OCH ÖVRIG INFORMATION

Påstående 1: Ät ostron och höj sexlusten  
FALSKT

### KÄLLOR:

Jensen TK, Priskorn L, Holmboe SA, Nassan FL, Andersson AM, Dalgård C, Petersen JH, Chavarro JE, Jørgensen N. *Associations of Fish Oil Supplement Use With Testicular Function in Young Men*. JAMA Netw Open. 2020 Jan 3;3(1):e1919462. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2019.19462. PMID: 31951274; PMCID: PMC6991322.

West E, Krychman M. *Natural Aphrodisiacs-A Review of Selected Sexual Enhancers*. Sex Med Rev. 2015 Oct;3(4):279-288. doi: 10.1002/smrj.62. Epub 2015 Nov 10. PMID: 27784600.

Good source of omega-3 fatty acids

<https://www.healthline.com/nutrition/do-oysters-make-you-horny#omega-3-s>

Påstående 2: D-vitamin skyddar mot covid-19.  
MITTEMELLAN

### KÄLLA:

Pre-infection 25-hydroxyvitamin D3 levels and association with severity of COVID-19 illness

<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0263069>

Påstående 3: En bit vitlök i örat botar öroninflammation.  
FALSKT

### KÄLLOR:



Garlic for the common cold

[https://www.cochrane.org/CD006206/ARI\\_garlic-common-cold](https://www.cochrane.org/CD006206/ARI_garlic-common-cold)

ÖVRIG INFO:

Stoppade vitlök i örat – vaknade upp med brännskador

<https://www.aftonbladet.se/nyheter/a/k6d9oL/stoppade-vitlok-i-orat-vaknade-upp-med-brannskador>

Snackis om Einsteineffekten

KÄLLOR:

Hoogeveen, S., Haaf, J. M., Bulbulia, J. A., Ross, R. M., McKay, R., Altay, S., ... & van Elk, M. (2022). The Einstein effect provides global evidence for scientific source credibility effects and the influence of religiosity. *Nature Human Behaviour*, 1-13.

<https://www.nature.com/articles/s41562-021-01273-8>

VA-BAROMETERN 2021/22

[https://v-a.se/downloads/varapport2021\\_5.pdf](https://v-a.se/downloads/varapport2021_5.pdf)

NEW AGE BULLSHIT GENERATOR

<HTTP://SEBPEARCE.COM/BULLSHIT/>

## **KONTAKTA REDAKTIONEN:**

E-post: [hjarta@ur.se](mailto:hjarta@ur.se)

Telefonsvarare: 08-7849693

Instagram: [ur\\_officiell](#)

Facebook: [Utbildningsradion](#)

Du hittar alla episoder av Hjärta & Hjärna på [urplay.se](http://urplay.se) eller där poddar finns.