

Hjálækningar, kukl og heilsusvindl

■ ■ ■ Hávar Sigurjónsson

„Það er því miður engin ein algild skilgreining á fyrirbærinu óhefðbundin heilsustarfsemi enda fjölmargt sem rúmast undir þeim hatti,“ segir Svanur Sigurbjörnsson lyflæknir sem fjallaði nýverið um hinar ýmsu birtingarmyndir kukls og hjálækninga í fyrirlestri á Fræðadögum Heilsugæslunnar á höfuðborgarsvæðinu.

Óhefðbundin heilsustarfsemi er þýðing á orðasambandinu „Alternative medicine“ og segir Svanur að þar sé ýmislegt gagnlegt að finna en einnig margt sem nútímaþekking ætti fyrir löngu að vera búin að henda út í hafsauga.

„Sumt af því sem eru hjálækningar og kukl í dag var hefðbundið áður og því hafa sumir áhangendur þess kallað lækna nútímans „óhefðbundna“ og lyf þeirra „eiturbras“. Þekkingarheiminum er snúið á hvolf og það er furðuleg þversögn að samhliða gríðarlega góðri vísindalegri þekkingu skuli gervipekking og kukl blómstra sem aldrei fyrr.“

Svanur segir mikilvægt að gera greinarmun á því sem kalla má hjálækningar og getur gert tilkall til vísindalega sannanlegs árangur og svo hins sem hann segir hreinlega kukl og svindl og gengur út á fullyrðingar um virkni og lækningamatt sem stenst enga nánari skoðun.

„Á 19. öld tíðkuðust fjórir flokkar alþýðulækninga; grasalækningar, andlegar athafnir eins og særingar og bænir, andalækningar þar sem miðlar sóttu látna lækna og smáskammtalækningar (hómeópatía) sem þá var nýtilkomin. Vísindaleg lækisfræði útrýmdi þessu nánast á fyrri hluta 20. aldar en á síðustu áratugum aldarinnar reis upp ný bylgja undir öðrum formerkjum samhliða því sem opinber forræðishyggi lét undan, nýaldartrú og náttúrtrú, sem byggir á fullyrðingunni um að það sem er náttúrulegt sé eðli málsins samkvæmt hollt, sjálflærdómur í gegnum netið og nýjar öflugar aðferðir til markaðssetningar. Allt hefur þetta hrundið af stað bylgju gervipekkingar og kukls.“

Áhrif lyfleysunnar

Anna Ragna Magnúsardóttir
næringarfræðingur

Á málþingi um óhefðbundnar lækningar í Háskóla Íslands í byrjun apríl kom fram að kvíðið fólk er einn stærsti hópurinn sem leitar óhefðbundinna lækninga. Kvíði veldur líkamlegum einkennum, t.d. frá stoðkerfi og meltingu, auk andlegrar vanlíðanar.

Ég þekki kvíða vel af eigin raun og hef prófað allt milli himins og jarðar í þeirri von að öðlast betri líkamlega og andlega líðan. Ef græðaranum tekst að vekja mér væntingar og vonir finn ég fyrir lyfleysuáhrifum. Líðanin batnar, andlega og stundum líkamlega. En lyfleysuáhrifin endast aldrei. Þau dvína og hverfa á stuttum tíma og ég stend uppi nokkrum þúsundköllum fátækari, og með engu betri heilsu eða líðan.

Nú, þá er alltaf hægt að fara aftur til græðarans, eða leita til annars græðara sem býður öðruvísi meðferð, prófa aðra remediú. Þannig fór ég milli alls kyns græðara, tók fæðubótarefni, blómadropa og remediúr, prófaði nálastungur og alls konar mataræði, heilun og höfuðbeina- og spjaldhryggsjöfnun og guð má vita hvað. Ég sé eftir á að ég var að reyna að endurvekja og viðhalda lyfleysuáhrifunum, halda í væntingar og von um bata.

Hvað skyldi ég hafa eytt miklum peningum í þetta samtals? Ég hef ekki hugmynd um það. Eitt er víst að ekkert af þessu minnkaði kvíða minn og tilheyrandi líkamlegan vanda, þó heilun og höfuðbeina- og spjaldhryggsjöfnun hafi vissulega haft tímabundin slakandi áhrif.

Verst fannst mér þó þegar ég las í bókinni *Trick or Treatment* að ein meðferðin sem ég sótti stíft á tímabili, getur verið lífshættuleg. Þetta voru hnykkir á hálsi, framkvæmdir af útlærðum hnykkjurum (kírópraktorum). Það eru dæmi erlendis frá um dauðsföll af völdum heilablæðingar eftir hnykkmeðferð á hálsi. Æð sem flytur blóð til heilans getur rofnað við hnykkinn.

Það er sem sagt ekki nóg með að stirðleiki í hálsi mínum hafi aukist tímabundið eftir hverja hnykkmeðferð. Það er ekki nóg með að heildaráhrifin af margra mánaða meðferð hafi verið aukin eymsli í hálsi. Nei, það er ekki nóg með það. Ég tók bókstaflega áhættu með líf mitt í hvert skipti sem hnykk var á hálsi mínum.

<http://upplyst.org/hjalaelkningar/edzard-ernst/>

Í besta falli skaðlausar

Á ráðstefnu sem efnt var til í apríl á þessu ári til heiðurs Magnúsi Jóhannssyni prófessor, flutti fyrirlestur læknirinn Edzard Ernst sem er jafnframt höfundur met-sölubókarinnar *Trick or Treatment*.^{*} Ernst er fyrrverandi prófessor í óhefðbundnum meðferðum við Exeter-háskóla í Bretlandi og hefur ritað fjölda bóka og greina um óhefðbundna heilsustarfsemi, kukl og heilsusvindl af ýmsu tagi. Sjálfur er hann upphaflega menntaður í hómeópatíu og nálastungumeðferð og þekking hans á þessu sviði er óumdeild. Kjarni fyrirlestrar Ernst var að hrekja algengustu fullyrðingar og haldvillur (*fallacies*) sem uppi eru um gagnsemi óhefðbundinnar heilsustarfsemi og rakti hann niðurstöður vísindalegra rannsókna sem gerðar hafa verið á ýmsum óhefðbundnum meðferðum og að í langflestum tilfellum hafi þær fallið á prófinu. Þær geri einfaldlega ekki það gagn sem þær eru sagðar gera, í besta falli séu þær skaðlausar, í sumum tilfellum valdi þær skaða og í nokkrum tilfellum valdi þær dauða. Meðal þess sem hann nefndi gagnslaust voru lithimnugreining, smáskammtalækningar, nálastungur gegn reykingum, hnykkingar við astma, svæðameðferð, ristilhreinsun, eyrnakerti,

^{*}Singh S, Ernst E. *Trick or Treatment? Alternative Medicine On Trial*. Bantam Press, London 2008.