

Luontaisterveys-lehdessä ilmestyy artikkelisarja homeopatiasta. Kirjoittajina ovat diplomihomeopaatti **Minna Keitu** ja erikoishammaslääkäri, diplomihomeopaatti **Marja-Terttu Pakkanen**. He toimivat SHA-Koulutuksen opettajina Suomen Homeopatian Akatemiassa.

* HOMEOPATIA OSA 3

Homeopatian kiistelty tieteellisyys

Luontaisterveys-lehden Homeopatian tutkimuksen artikkelisarjan kolmas osa käsittelee homeopatian kiisteltyä tieteellisyyttä ja tutkimuksien taustalla olevia vaikutteita.



Valtamediassa asiantuntijoina esiintyvät tahot väittävät usein, etteivät korkealaatuiset tutkimukset osoita, että homeopatia olisi vaikuttavaa.

Tämä on kuitenkin väärä väittäminen. Jos korkealaatuisina tutkimuksina pidetään pelkästään kaksoissokkotutkimuksia, niin on muistettava, että niitä käytetään tavanomaisesti lääketutkimuksissa.

Kaksoissokkotutkimukset eivät myöskään anna kaikkien lääketieteellisten hoitojen tutkimuksessa luotettavaa tai edes suuntaa antavaa tietoa. Kirurgia on yksi ala, jossa

kaksoissokkotutkimuksia on vaikea tehdä huolimatta siitä, että hoitomuotona se on hyvin tavanomainen. Väärän tutkimusmenetelmän käyttäminen on vähän samanlainen tilanne kuin yritettäisiin avata ovea väärällä avaimella kerta toisensa jälkeen.

Mikä on riittävä tutkimusnäyttö?

Miksi homeopatian tai luontaislääkintään kuuluvan alan pitää osoittaa täydellisiä tutkimustuloksia?

” Tällä hetkellä vain 3 prosenttia EU-valtioiden terveysbudjetista kohdistuu sairauksien ennaltaehkäisyyn, joka kansantalouden kannalta tuntuu hyvin lyhytnäköiseltä ratkaisulta. ”

Kliininen näyttö on riittävä todiste useille käytetyille hoitomuodoille lääketieteen alalla. Mediassa päätöksentekijöitä kehoitetaan pohjaamaan päätökset ”tieteelliseen tutkimukseen” ja länsimaisen lääketieteen lääkkeitä pidetään ”tutkittuina ja testattuina”.

BMJ – British Medical Journal julkaisi analyysin, joka pohjautui vuodelta 1999 tähän päivään NHS sairaaloissa tehtyihin vertailututkimuksiin ja jonka perusteella vain 11% NHS käyttämistä hoidosta on tutkitusti potilaille hyödyllisiä.

Lääketieteen puolellakaan kaksoissokkotutkimukset eivät aina tarjoa näyttöä vaikutuksesta. Meta-analyysissä vuodelta 2018, jossa tutkittiin 408 kokeeseen osallistuneen 103 983 henkilön kroonisten vaivojen lääkkeellistä hoitoa, havaittiin vain 23 kaksoissokkotutkimusta eli noin 5,6% koko otannasta.

Meta-analyysissä myös havaittiin, että tutkimusmenetelmä ei ollut riittävän tehokas eri aloja yhdistävissä tutkimuksissa. Eli kroonisia vaivoja hoidettaessa ei ole olemassa riittävän korkealaatuisia tutkimusta ja näyttöä hoitokeinoista. Siitä huolimatta kroonisia vaivoja hoidetaan usein lääkkeellisesti ja vielä monilla lääkkeillä samaan aikaan, vaikka niiden yhteisvaikutusta tai pitkäaikaiskäyttöä ei ole tutkittu.

Uusimpia ja kattavimpia tietoja homeopatian tehokkuudesta saatiin 2014 tehdyssä meta-analyysissä placebokontrolloidusta kaksoissokkotutkimuksesta, joka tehtiin homeopaattisista lääkkeitä (Placebokontrolloitujen kaksoissokkotutkimusten meta-analyysi homeopaattisista lääkkeitä, Pubmed/30248448).

Kyseisessä tutkimuksessa todettiin, että kun homeopaattinen lääke määrätään yksilöllisesti potilaan oireiden mukaan, lääke on 1.5 – 2.0 kertaa placeboa tehokkaampaa (systematicreviewsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/2046-4053-3-142).

Tämä tutkimus on yksi Dr. Robert Mathien uusimmista systemaattisista katsauksista vuosilta 2014-2019. Dr Mathien mukaan, kun kaikki tutkimukset koetaan yhteen, ne osoittavat selvästi, että homeopaattisilla lääkkeillä on selkeästi vaikutusta (www.hri-research.org/wp-content/uploads/2018/02/HRI_ResearchArticle_29_RobertsTournier_IndividualisedHomeopathyReview.pdf)

Ihmisen etu tärkeimmäksi ja kaikille valinnanvapautta

Vastakkainasettelu tai valheellinen kirjoittelu ei ole kenenkään etu, vaan haitta tehokkaiden hoitomuotojen saantiin kaikille halukkaille.

Maailman Terveysjärjestö WHO suosittelee 2014-2023 Perinteisen Lääketieteen Strategiassa CAM-hoidot eli perinteiset ja täydentävät hoitomuodot sisällytettäväksi terveydenhoitojärjestelmään kaikissa jäsenvaltioissa. Tällä hetkellä vain 3 prosenttia EU-valtioiden terveysbudjetista kohdistuu sairauksien ennaltaehkäisyyn, joka kansantalouden kannalta tuntuu hyvin lyhytnäköiseltä ratkaisulta.

Suomen Homeopatian Akatemia
SHA-Koulutus
Kokonaisvaltainen tapa hoitaa terveyttäsi ja hyvinvointiasi!

Homeopatian perusteet

- Koulutus on tarkoitettu kaikille homeopatiasta kiinnostuneille eikä vaadi pohjakoulutusta.
- Kurssi koostuu yhdeksästä viikonloppukurssista ja antaa hyvät perustiedot akuuttien vaivojen itsehoitoon.
- Kurssi soveltuu myös homeopatianeuvojille pohjakoulutukseksi.
- Uudet kurssit alkavat tammikuussa 2020

Homeopatian ammatillinen koulutus

on sinulle joka haluat työskennellä homeopaattina tai haluat perusteellisemmat tiedot homeopatiasta.

- Syventävät opinnot kestävät kolme vuotta ja saat hyvän perustan homeopatian metodeille



Turun SHA-koulun opettajat: erikoishammaslääkäri ja homeopaatti **Marja-Terttu Pakkanen (vas.)** ja homeopaatti **Minna Keitu**

shakoulutus@gmail.com
www.shakoulutus.fi

PERUSOPINNOT ALKAVAT Tampereella ja Turussa tammikuussa 2020. Lisätietoa voi lukea SHA-Koulutuksen nettisivuilta www.shakoulutus.fi

CAM-terapioiden tutkimusta ja käyttöönottoa on lisittävä niiden tarjoaman terveys-hyödyn vuoksi erityisesti ennaltaehkäisyssä. CAM-terapiat myös hoitavat ihmistä kokonaisvaltaisesti, jolloin potilas terapeutilla käydessään saa usein ajatuksia tai keinoja ongelmansa selvittämiseen ja usein lääkkeitten käytön tarve vähenee.

CAM-terapioilla on myös merkittävä työllistävä vaikutus, jota ei pidä vähätellä nykyisessä talusilanteessa. Useimmat terapeutit ovat itsensä työllistäjiä tai pienyrityksiä. On monia syitä, miksi vastakkainasettelua käytetään mediassa, mutta pitkällä tähtäi-



” Homeopatiassa on koko sen historian ajan tehty lääkeainekokeita, ei kuitenkaan sairailta kuten lääketeollisuudessa tehdään, vaan terveillä ihmisillä, vaarantamatta sairaan ihmisen jo heikompaa terveydentilaa. ”

mellä, se vain heikentää median luotettavuutta ja uskottavuutta entisestään.

Sveitsissä luotetaan CAM-terapiaihin

Sveitsi on huomionut WHO-suosituksen ja integrointu viisi CAM-hoitoa terveydenhoitojärjestelmäänsä: perinteinen kiinalainen lääketiede/akupunktio, homeopatia, antroposofinen lääketiede, neuraaliterapia ja fyto-terapia/kasvilääkintä. Terveydenhoitojärjestelmä kattaa lääkärin antamat hoidot kokonaan ja terapeutin antamat hoidot osittain lisävakuutuksella.

Huonolaatuista tutkimusta vai ei sittenkään?

Paljon mediahuomiota saanut, lääkärilehti Lancetin vuonna 2002 julkaisema tutkimus on Shang et al väitti, että se oli vertailut 110 samankaltaista tutkimusta homeopatian ja länsimaisen lääketieteen välillä ja saanut tuloksen, että homeopatia ei ole parempi kuin placebo (Pubmed/16125589).

Tämä oletus oltiin kuitenkin saatu aikaan siten, että otettiin pois tutkimuksia, kunnes lopullinen tulos näytti siltä, miltä tutkija halusi sen näyttävän. Jäljelle jääneet 8 tutkimusta alkuperäisestä 110:stä eivät olleet homeopatian hoitostandardin mukaan tehtyjä. Niissä annettiin yhtä ainetta kaikille tutkimuspotilaille, jolloin yksilöllinen homeopaattinen hoito jäi toteutumatta. Lisäksi jos yksikin näistä 8 jäljellejääneestä oltiin vaihdettu johonkin toiseen tutkimukseen 110 joukosta,

niin tulos olisi päinvastainen ja olisi osoittanut, että homeopatia on vaikuttavampaa kuin placebo.

On myös väitetty, että homeopaattiset tutkimukset ovat huonolaatuisia, ja niiden tuloksiin ei voi luottaa. Tähän mennessä vain yksi tutkimus on vertailut keskenään homeopatian ja länsimaisen lääketieteen tutkimuksien tasoa: Shang A, et al 2005 Lancet Are the clinical effects of homeopathy placebo effects? Comparative study of placebo-controlled trials of homeopathy and allopathy.

Kun tutkijat vertasivat 110 homeopaattista tutkimusta vastaaviin 110 länsimaisen lääketieteen tutkimuksiin, löydettiin homeopatian tutkimuksista 19% korkealaatuista, kun taas länsimaisen lääketieteen tutkimuksista 8% oli korkealaatuista.

Niissä yliopistoissa, joissa on alettu tutkia homeopatiaa, ovat useat tutkijat olleet tyytyväisiä erityisesti siihen, että homeopatian tutkimus tuo uusia näkökulmia perinteisellekin tutkimukselle.

Alkuperäisen tutkimuksen tulos homeopatia-myönteinen

Kun katsotaan Shang et al alkuperäistä tutkimusta, jossa nuo 110 homeopatian ja 110 länsimaisen lääketieteen tutkimusta olivat, niin johtopäätöksenä oli, että homeopatia on tehokkaampaa kuin placebo. Artikkelin koko tutkimuksen vastakkainasettelusta voi lukea ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1375230/.

Artikkelin kirjoittaja Peter Fisher kuoli myöhemmin tapa-

turmaisesti auton ajettua hänen ylitseen, hänen ollessaan pyöräilemässä töihin Lontoossa.

Homeopaattisia lääkeainekokeita on tehty alusta lähtien

Homeopatiassa on koko sen historian ajan tehty lääkeainekokeita, ei kuitenkaan sairailta kuten lääketeollisuudessa tehdään, vaan terveillä ihmisillä, vaarantamatta sairaan ihmisen jo heikompaa terveydentilaa.

Homeopaattisessa lääkeainekokeessa kokeeseen osallistujat saavat homeopaattista lääkettä tai placeboa ja kirjaavat ylös kaikki oireet kokeen aikana. Kokeen jälkeen oireet kerätään yhteen ja arvioidaan niiden painotus ja oikeellisuus. Ne oireet, jotka voidaan havaita kaikilla kokeessa homeopaattista lääkettä saaneella osallistujalla, ovat lääkeaineen antamia oireita.

Tutkimukselta edellytetään hyvää toimintatapaa

Tavallisesti kun tehdään minkä tahansa alan tutkimusta valikoidaan tutkimusmateriaali etukäteen. Silloin valikoituvat myös huonosti tehdyt tutkimukset joukosta pois. Sen jälkeen tehdään tutkimus ja katsotaan tulos.

Tutkijaryhmän on myös ymmärrettävä tutkimusalaansa ja sen erityispiirteitä. Sen vuoksi tutkijaryhmät yleensä koostuvat usean alan ammattilaisista. Huonolaatuisten tutkimuksen menetelmä voi olla juuri Shang et al kaltainen; poistetaan niin paljon alkuperäistä tutkimusta, että lopputulos on sellainen kuin halutaan todentaa. Tätä tapahtuu kaiken aikaa monilla tutkimusaloilla erityisesti, kun kyseessä on tutkimus, jossa tuloksesta hyödytään rahallisesti. Sen vuoksi median olisi hyvä suhtautua kriittisesti tutkimukseen yleensä ja varmistaa tutkimuksen oikeellisuus ja todenperäisyys, kuten hyvään lehtimiestapaan kuuluisi.

Itsenäisen tutkijan mukaan mediassa esitetään paljon perättömiä väitteitä homeopatiasta, joita perustellaan huonosti tehdyillä tutkimuksilla.

Ruotsalainen professori Robert Hahn Södertäljen sairaalan tutkimusyksikön johtaja, Linköpingin Yliopiston anestesian ja tehohoitolääketieteen professori ja Karoliinisen Instituutin tut-

kija ja dosentti kiinnostui siitä, miten media kohteli homeopatiaa ja homeopatian tutkimusta ja päätti tehdä itsenäistä tutkimusta aiheesta. Hän havaitsi, että useissa meta-analyysissä, joissa väitettiin, että homeopatialla ei ole vaikutusta, analyysin tekijät sovelsivat lähdemateriaalin vähentämistä 95-98%, kunnes tuloksista saatiin haluttuja. Näin oli mm. Cucherat et al. Eur J Clin Pharmacol 2000; 56: 27- 32 (86% alkuperäisistä tutkimuksista poistettiin). Linde et al.; Lancet 1997; 350: 834-43, alkuperäisestä 189 tutkimuksesta vähennettiin ensin 89 ja siitä edelleen 26 korkealaatuisimpaan, jotka edelleen osoittivat, että homeopaattiset lääkkeet ovat vaikuttavia.

Professori Hahn tarkasteli myös edellämaintuttua Shang et al tutkimusta ja totesi, jotta saataisiin tulos, jossa homeopatian tutkimuksissa ei olisi kliinistä näyttöä, yli 90% saatavilla olevasta aineistosta pitäisi jättää huomiotta.

Hahn myös esitti kysymyksen luennollaan Lontoossa: Miksi tällaisia perättömiä väitteitä tai tutkimuksia esitetään ilman, että niiden esittäjät kykenevät lukemaan tutkimuksia oikein?

Monissa näissä nk. tutkimuksissa puuttuvat kokonaan korkealaatuisten tutkimuksille vaadittavat laatuvaatimukset, kuten: Jadadin pisteytys/Oxfordin laatu pisteytysjärjestelmä, tutkimuksen koko materiaali on päätettävä jo tutkimusta tehtäessä, sen jälkeen ei tehdä enää poistoja, vaan materiaali lukitaan tutkimukseen, tutkimus ei tee johtopäätöksiä muusta kuin tutkimusaiheesta tai tilastotieteen rehellinen ja suoraviivainen käyttö.

Australian raportin mainingit kuin jännityskirjasta

Maaliskuussa 2015 Australian hallituksen alainen NHMRC Australian Terveyden ja Lääketieteen Tutkimusneuvosto julkaisi tiedotteen homeopatian tutkimuksesta, johon yleisesti viitattiin Australian Raporttina mediassa.

Tuon raportin mukaan ”ei ole luotettavaa todistetta, joka osoittaisi, että homeopatia olisi vaikuttavaa jossain sairaustilassa”.

Vuoden 2015 raportin julkistamisen jälkeen kaikkialle maailmaan levisi uutisointia, jossa todettiin NHMRC:n havainneen,

että homeopatia ei vaikuta mihinkään sairaudentilaan.

Kaksi tutkimusta, joista ensimmäinen salattiin

Todellisuudessa NHMRC teetti homeopatian arvioinnin kahdesti tehden kaksi raporttia: ensimmäinen heinäkuussa 2012 ja toinen maaliskuussa 2015.

Ensimmäisen olemassaolo salattiin julkisuudesta. Se tuli esiin vain FOI – Tiedon ja Sananvapauden järjestön vaatimuksista. NHMRC väitti aluksi, että se hylkäsi ensimmäisen raportin, koska se oli huonolaatuinen, huolimatta siitä, että siinä oli osallisina useita hyvämaineisia tiedemiehiä sekä NHMRC:n oma tutkimuskriteerien laatija.

FOI:n vaatimukset paljastivat, että NHMRC:n asiantuntijaneuvoston valvoja Professori Fred Mendelsohn vakuutti ensimmäisen tutkimuksen olleen korkealaatuinen sanoessaan: ”Olen vaikuttunut johdonmukaisuudesta, kokonaisvaltaisuudesta ja systemaattisesta lähestymistavasta, jota tässä arvioinnissa on tehty. .. Kaikenkaikkiaan tässä haastattelussa on tehty paljon erinomaista työtä ja tulokset esitetään systemaattisella, puolueettomalla ja vakuuttavalla tavalla”.

Toisen tutkimuksen epäkohdat

NHMRC väitti toisen vuonna 2015 julkaistun raportin tulosten pohjautuvan yli 1800 tutkimuksen tinkimättömään arviointiin, mutta todellisuudessa tulokset pohjautuivat vain 176 tutkimukseen. Siinä käytettiin metodia, jota ei oltu käytetty koskaan aikaisemmin, eikä ole käytetty koskaan sen jälkeenkään.

NHMRC päätti myös 2015 raporttia varten uudesta normituksesta. Jotta tutkimus voisi olla ”luotettava”, siinä on oltava vähintään 150 osallistujaa ja laatuvaatimukset on oltava erittäin korkeat. Tämä siitä huolimatta, että NHMRC:n muita tutkimuksia tehdään jatkuvasti heikommilla vaatimuksilla. Käytännössä tämä tarkoitti, että 171 tutkimuksesta ainoastaan 5 katsottiin ”luotettaviksi”. Eikä siinä vielä kaikki.

Professori Peter Brooks allekirjoitti eturistiriita vakuutuksen NHMRC Neuvoston puheenjohtajana, ettei hän kuulu mihinkään homeopatian asiaa ajavaan tai sitä vastustavaan yhteisöön.

Siitä huolimatta hän on näkyvästi mukana homeopatian vastaisen lobbausryhmän Friends of Science in Medicine jäsenenä.

NHMRC korjasi lausuman ja julkaisi 2012 raportin

Australian hallitus ei suinkaan ole ainoa viranomaistaho, jonka toimesta vastaanvanlaisia tutkimustuloksia on piiloteltu tai vääristelty. NHMRC johti tahallaan harhaan kansalaisia antaessaan julkilausuman homeopatian toimimattomuudesta ja myöhemmin kieltäytymästä korjaamasta sitä.

Tämä johti pitkällisen taistelun jälkeen siihen, että NHMRC johtava puheenjohtaja Professori Anne Kelso antoi kirjallisen lausunnon, jossa sanoo että ”olen tietoinen ja huolestunut että vuoden 2012 tutkimuksen selonteon ympärille on tullut hyvin paljon väärinymmärrystä”. Kelso päättikin lopulta julkaista 2012 raportin kokonaisuudessaan ja antoi vielä NHMRC:n puolesta julkilausuman:

Homeopatian vaikuttavuus terveydellisten vaivojen hoidossa. Vastoin julkisuudessa olleita väitteitä julkilausuma ei väittänyt, että homeopatia olisi tehontonta. Päinvastoin.

Ensimmäisen raportin väliraportissa asiantuntijana toiminut Professori Karen Grimmer UniSA Etelä-Australian Yliopistosta antoi lausunnon: ”On olemassa rohkaisevaa todistusta homeopatian vaikuttavuudesta viidessä sairaustilassa mm. korvatulehdus, ylähengitystieinfektio aikuisilla ja osassa syöpähoitojen sivuvaikutuksia.

Jos tieteellisyys on ainoa kriteeri jonkin asian oikeellisuuden todistamisessa, voidaan mennä pahasti metsään. Tutkimus vaatii aitoa rehellisyyttä ja halua selvittää syitä ja mekanismeja tietyn toiminnan taustalla. Missä olemme silloin, kun yhteiskunnassa on vain yksi oikea ja muut näkökulmat ovat väärässä? Samoin parantumisessa on monia vaihtoehtoja, ja jokaisella tulisi olla todellinen valinnanvapaus oman valintansa suhteen. *

Lähteet: www.hri-research.org ja artikkelissa mainitut tutkimukset

Artikkelisarjan seuraavassa osassa käsitellään homeopatian kliinisiä tutkimuksia ja niiden tuloksia.



KAIKKI SUPER-SARJAN TUOTTEET
OSTA 3 MAKSA 2
TARJOAMME EDULLISIMMAN

Vahvaa vastustuskykyä



Liikkujan tehokaksikko



Hehkuvaa kauneutta



Jaksamiseen ja vireyteen



Bioteekin Super-sarjan tuotteet löydät terveys- ja luontaistuotekaupoista, -osastoilta sekä valikoituista apteekeista.