



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

Homeopatiassa potilas nähdään yksilöllisesti ja kokonaisvaltaisesti, joka tarkoittaa sitä, että hänen oireitaan ei eristetä irralliseksi sairaudeksi, vaan potilaan kaikki oireet arvioidaan sen hetkisenä kokonaisuutena.

Homeopaattiset lääkkeet ja kliininen perustutkimus

Havainnolliset kliiniset tutkimukset ovat myönteisiä homeopatian vaikuttavuudelle.

Tutkimus on järjestelmällistä toimintaa jonkin asian selvittämiseksi. Kliinisen tutkimuksen menetelmiä ovat erilaiset kokeet, kuten laboratoriossa tehtävät kokeet ja havainnolliset tutkimukset, joilla selvitetään muun muassa lääkkeiden, rokotteiden, ravintoaineiden, lisä-

ravinteiden tai vaikka elintapamuutosten vaikutusta ihmiseen. Tutkimuksilta edellytetään paitsi laadukkuutta myös tilastojen koontia, joista voidaan päätellä tutkimuskohteen turvallisuutta ja tehokkuutta sekä haittojen ja hyötyjen riskisuhdetta. Tutkimukset voivat olla laajoja tai osallistumismäärältään pieniä, niitä voidaan tehdä yhdessä tai useammassa

tutkimuspaikassa yhdessä tai useammassa maassa.

Havainnolliset tutkimukset seuraavat tavallisesti potilaita tutkimuksen ajan ilman, että lääkitystä muutellaan.

Homeopaattisessa yksilöllisessä hoidossa, kun oireet muuttuvat lääkeainettakin, voidaan muuttaa tai käyttää väliainetta tai hoitaa akuuttivaihetta toisilla lääkeaineilla. Tämä asettaa jo omat haasteensa homeopatian tutkimukseen. Havainnollisissa tutkimuksissa yksilöllisestä homeopaattisesta hoidosta on saatu kuitenkin merkittävän myönteisiä tuloksia.

Miksi olisi vain yksi oikea? Miksi ei ole monia vaihtoehtoja, joista valita?

Kaksoisokkotutkimuksista on tullut lääketieteen tutkimukseen ”se ainoa oikea

tutkimusmetodi”. Sillakin on omat heikot kohtansa, ja se sopii vain harvojen täydentävien hoitojen tutkimukseen. Siitä huolimatta homeopatian tutkimuksessa on tehty laadukkaita kaksoisokkotutkimuksia, joista osa on ollut erityisen myönteisiä yksilölliselle, homeopaattiselle hoidolle.

Myös kun hoitoa on verrattu länsimaisen lääketieteen tutkimuksen tuloksiin, tutkimukset, joissa arvioidaan elämänlaadun paranemista, ovat olleet erityisen myönteisiä homeopaattisessa yksilöllisessä hoidossa. Jos pitkäaikainen kokemus kertoo, että jokin toimii, se ei lakkaa toimimasta, vaikka jokin tutkimus ei sitä todistaisikaan. Ja vaikka tutkimus todistaisi, että jokin toimii tietyllä tavalla, se ei silti toimi kaikille tai paranna kaikkia.

Tutkimus ei ole todiste ainoasta oikeasta.

Mikä on tärkeintä kaikille terapeuteille, lääkäreille, potilaille ja tutkijoille?

Onko tärkeämpää saada keinotekoisessa ympäristössä todennettu kaksoisokkotutkimuksen tulos vai todelliset tulokset, jotka on havaittu potilailla kliinisen potilashoidon tuloksena? Tällä hetkellä tuntuu olevan vastakkainasettelua kaikesta terveyteen ja parantamiseen liittyvästä, oli kysymys sitten terveellisestä ruokavaliosta, läkehoidosta tai täydentävistä hoitomuodoista.

Se tärkein, joka usein unohdetaan, on potilas. Potilaan hyvinvointi ja terveydentilan paraneminen tulisi olla ainoa määrittävä tekijä, kun päätetään hoitomuodoista tai hoitokeinoista.

Ja niin, että potilaan tulisi itse saada päättää itselleen sopivista hoidoista. Se on ainoa keino estää mitään järjestelmää tai valtaryhmää ohittamasta potilaan omaa mielipidettä, joka on hänen itsensä parhaaksi.

Onko mahdollista olla väärinparannettu?

Homeopatian menetelmä eroaa lähtökohdiltaan hyvin paljon lääketieteen tavasta tarkastella potilaan vaivoja. Lääketieteessä potilaalle määritellään diagnoosi, joka määrittää potilaan tilan WHO:n kehittämän kansainvälisen tautiluokitusjärjestelmän (ICD) mukaisesti. Jos oireet eivät sovi raameihin, diagnoosia ei voida tehdä.

Diagnoosi on tavallisesti yhden tilan tai vaivan määritelmä, joka hoidetaan siihen erikoistuneen lääkärin tai yleislääkärin toimesta etukäteen määrättyillä lääkkeillä. Kaikki lääkärit eivät ole yksimielisiä tämänkään järjestelmän toimivuudesta tai siitä, mikä on potilaiden paranemisprosentti.

Moni lääkäri sanookin, että vaikka heillä on kokemusta potilaiden hoidosta, he eivät saa antaa näiden tarvitsemia hoitoja, jos viitearvot eroavat ohjeistuksesta. Jos lääkäri käyttää perinteisen läkehoidon lisänä homeopaattisia lääkkeitä, heille tulee ongelmia käypähoitosuosituksen vuoksi.

” Kun hoidetaan potilasta kokonaisuutena, voi paranemista tapahtua monessa vaivassa samaan aikaan. ”

Homeopaattiset lääkkeet ovat Fimean hyväksymiä. Ne ovat EU:n alueella luokiteltu lääkkeiksi, joiden valmistusta ja laatua säädelään EU-direktiiveillä.

Yksilöllinen kokonaisvaltainen tapa parantaa – vaikeampi tutkia

Homeopatiassa potilas nähdään yksilöllisesti ja kokonaisvaltaisesti, joka tarkoittaa sitä, että hänen oireitaan ei eristetä irralliseksi sairaudeksi, vaan potilaan kaikki oireet arvioidaan sen hetkisenä kokonaisuutena. Jokaisella potilaalla on hänen sairaustilansa mukaiset yksilölliset oireet, jonka vuoksi homeopatiassa ei hoideta diagnoosin mukaan, vaan oireiden mukaan. Sen vuoksi saman diagnoosinimikkeen alla homeopaattisesti hoidettuna potilaat voivat saada useita eri lääkeaineita. Yksilöllisyys oireissa ja hoidossa asettaa luonnollisesti omat haasteensa tutkimuksen tekemiseen ja tulkitsemiseen.

Homeopaattisen lääkkeen vaikutusta ei myöskään voida kohdistaa yhteen tekijään, vaan sen vaikutus on aina moninainen. Se ei kuitenkaan tarkoita vähemmän tehokasta tai huonompaa vaihtoehtoa.

Kun hoidetaan potilasta kokonaisuutena, voi paranemista tapahtua monessa vaivassa samaan aikaan. Näin osoitti esim. Fluoxetinein ja yksilöllisen homeopaattisen hoidon tehokkuutta ja turvallisuutta vertaileva RCT kaksoisokkotutkimus, jossa kohtalaisen ja vakavan masennuksen omaavia, menopaussi-ikäisiä potilaita tutkittiin vertailuna placebo-ryhmään. Tutkimuksessa molemmat hoidot sekä fluoxetinei että homeopaattinen yksilöllinen hoito havaittiin placeboa tehokkaammaksi. Homeopaattisen hoidon etuna oli muiden menopaussioireiden lieventyminen tai paraneminen Greenen klistakteenium-asteikolla arvioituna, kun taas Fluoxetine ei ollut placeboa parempi menopaussioireiden hoidossa (doi:10.1371/journal.pone.0118440)

Jos tätä tarkastellaan käytännön tasolla, voidaan vetää myös johtopäätös, että homeopaattisen yksilöllisen hoidon käyttö vähentää lääkkeiden käytön tarvetta, joka taas osaltaan edistää elimistön hyvinvointia lääkekuormituksen vähentyessä tai poistuessa kokonaan. Lisäbonuksena tulee vielä ympäristön kemikaalikuormituksen väheneminen.

Homeopatian havainnolliset tutkimukset kertovat paranemisesta

Havainnolliset tutkimukset säännönmukaisesti osoittavat yksilöllisen homeopaat-



” Potilaan hyvinvointi ja terveydentilan paraneminen tulisi olla ainoa määrittelevä tekijä, kun päätetään hoitomuodoista tai hoitokeinoista. ”

Ranskassa käytetään paljon homeopatiaa. Siellä laajempi tutkimus, johon viitataan nimellä EPI3-tutkimus, seurasi 8559 potilaan saamaa homeopaattista, yksilöllistä hoitoa.

Tutkimuksessa havainnointiin mm. ylähengitystievaivojen ja tuki- ja liikuntaelin vaivojen hoitoa. Yksi osa tutkimusta olivat unihäiriöistä, ahdistuksesta ja masennustiloista (SADD) kärsineet potilaat, joilla tarve mielialalääkkeisiin väheni heidän saatuaan yksilöllistä homeopaattista hoitoa. (bmjopen.bmj.com/content/1/2/e000215.long)

Bellaviten kliinisen tutkimuksen katsaus

Professori Paolo Bellavite Veronan Yliopistosta on erikoistunut hematologiaan, bioteknologiaan ja epidemiologiaan. Hän on tutkinut perinteisen tutkimuksen lisäksi myös paljon täydentävien hoitomuotojen, kuten fyto- ja kiinalaisen lääketieteen, homotoksikologian ja homeopatian vaikutuksia.

Bellaviten mukaan homeopaattinen lääketiede ja immunologia ovat sekä historiallisesti että käsitteellisesti yhteneväisiä. Molemmat kehittyivät 1700-luvulla. Samaan aikaan kun Jenner jakoi ensimmäisiä isorokkorokotteitaan, Hahnemann teki ensimmäisiä lääkeainekokeita.

Eräs tärkeä immunologian pioneeri Emil Von Behring kirjoitti vuonna 1912 Hahnemannin menetelmästä, että ”nyky-aikaisen ajattelutavan mukaan Hahnemannin näkemys ei ole ollenkaan hullumpi ja että käsitys siitä, että sairas ihminen reagoi eri tavalla lääkkeisiin ja lääkitykseen kuin terve ihminen täytyy huomioida empiirisissä terapeutisissa kokeissa.”

Homeopatia on noin 200 vuotta vanha hoitomenetelmä, jonka kehitti saksalainen lääkäri Samuel Hahnemann (1755–1843). Homeopaattiset lääkkeet valmistetaan erityisellä menetelmällä luonnollisista lähtöaineista. Käytettävät lääkkeet valitaan siten, että niiden aiheuttama oirekuva muistuttaa hoidettavan taudin oirekuva.

Bellavite teki tutkimusryhmänsä kanssa kliinisen tutkimuksen katsauksen homeopatian ja immunologian edistymisestä. Katsaus käsittää kaikki vuosien 1978-2010 aikana tehdyt hengitysteiden allergioiden, yleisten ylähengitystievaivojen, korva-, nenä ja kurkkutautien sekä reumaattisten vaivojen homeopatian tutkimukset. Bellavite ryhmineen havaitsi tutkimuksissa runsaasti epäkohtia mm. tutkimusnäkökulmissa, joissa tarkoituksena oli yhden lääkeaineen vertailu placebo-ryhmään. Lääkeaineen vertailussa ei toteutunut homeopaattisen menetelmän yksilöllinen käytäntö, joten sitä pidettiin vääjänä tutkimusmenetelmänä. Bellaviten katsaus käsittää useita laadullisesti ja metodologisesti hyviä tutkimuksia. Sen ansiota voidaan kuitenkin pitää havaintoja siitä, miten tärkeää on oikean tutkimusmenetelmän käyttö, jolloin saadaan todenperäisiä tutkimustuloksia.

Yksi RCT-tutkimus arvioi nuhan, ja kurkkutulehduksen (faryngiitin ja tonsilliitin) toistumista, kestoja ja voimakkuutta lapsilla. Homeopaattisessa hoidossa olleet saivat konstituutioaineen ja akuutin vaiheen lääkeaineen, joita tarvittaessa vaihdettiin oireiden mukaisesti. Vuoden kestävä tutkimus osoitti, että homeopatia oli hieman parempi, mutta ei huomattavasti parempi kuin placebo. Hoidetulla ryhmällä taudin uusimiset olivat yleisesti lyhyempiä ja lievämpiä. Lapsia, jotka eivät tarvinneet antibioottia, oli homeopatian ryhmässä 62% verrattuna lääketieteelliseen ryhmään 49%. Tutkimusta kritisoitiin paljon mm. siitä, että se ei osoittanut huomattavaa eroa sekä siitä, että se ei suoraan verrannut hoitoja keskenään, vaan molemmissa ryhmässä sai käyttää antibiootteja. Homeopaattisen hoidon piti sen vuoksi osoittaa lisätehoa lääketieteellisen hoidon tulosten ohitse.

Katsauksessa havainnointiin myös huomattavia vaikutuksia, kuten Frass et al, jossa kriittisesti sairailta tehohoidossa ja hengityslaitteissa olevilla potilailla homeopaattinen lääkeaine vähensi kurkun liman erittymistä ja potilas saatiin nopeammin pois hengityslaitteesta. Lisäksi lääkeaine lyhensi tehohoidossa oloaika. (doi:10.1378/chest.127.3.936)

Homeopaattisen Ignatian taas havaittiin vähentävän suun lichen planus-potilaiden määrää. (Mousavi et al doi:10.1016/j.homp.2008.11.007.)

Bellaviten katsaus kiteytti tuloksen kerätyihin 83 alkuperäiseen tutkimukseen, että homeopatialla voi olla huomattava vaikutusta (Galphimia glauca-matalana potensina) allergiseen nuhaan, (Anas barbarie-korkeana potenssina) influenssan kaltaisiin oireisiin. Yksilöllinen homeopaattinen hoito keskikortivalehduksessa, allergisissa vaivoissa ja fibromyalgiassa ja muutamat yhdistelmävalmisteet poskiontelotulehduksissa, nenä- ja silmätulehduksissa sekä reumaattisissa tulehduksissa myös huomiointiin tuloksissa. Lisää tutkimusta kuitenkin tarvitaan.

Bellaviten koko katsaus on luettavissa: PMID: 21622275, DOI: 10.2741/230

Palliativisena kipujen lievitykseen

Chhatre et al teki Intiassa 2017 havainnollisen tutkimuksen homeopaattisen lääkkeen käytöstä palliativisena eli kipuja lievittävänä hoitona kroonisessa artriitissa; nivel- ja selkätulehduksessa, jossa nivelet tai luusto on tuhoutunut.

Kokeeseen osallistui 52 potilasta, joista 41:llä oli nivelrikko ja 11:sta reumaperäinen nivel- ja selkätulehdus. Potilaat jaettiin kahteen samankaltaiseen ryhmään mm. sairauden ja sukupuolen mukaan. Homeopaattinen ryhmä sai yksilöllistä homeopaattista hoitoa. Osalla potilaista, joilla oli hyvin voimakkaat kivut, käytettiin normaalia lääkitystä aluksi, jonka jälkeen lääkkeitä pystyttiin vähentämään tai

” Homeopaattisessa ryhmässä oli käytössä 12 eri lääkeainetta akuutissa vaiheessa, 13 lääkeainetta perushoitona ja neljä nosodia. ”

poistamaan kokonaan. Placeboryhmä käytti placebon lisäksi pitkäaikaislääkkeitään normaalisti ja sai lääkkeellistä apua akuuteissa tilanteissa.

Homeopaattisessa ryhmässä oli käytössä 12 eri lääkeainetta akuutissa vaiheessa, 13 lääkeainetta perushoitona ja neljä nosodia. Tutkimus kesti vuoden ajan. Tulokset osoittivat homeopaattisessa ryhmässä yli 80% kipujen vähenemistä oli 30,76%:lla, 60-80% kipujen vähenemistä oli 42,3%:lla ja 30-60% kipujen vähenemistä 19,3%. Yhteensä kipujen lievittymistä koki 92,36% homeopatiaryhmästä. Sen lisäksi pysyväislääkitystä pystyttiin vähentämään, nivelten turvotus väheni ja liikkuminen parani. Placeboryhmässä kipujen lievittymisen oli huomattavasti vähäisempää, mutta noin 60%:lle lääkkeet auttoivat kipuihin. Tässä ryhmässä oli myös enemmän niitä, jotka eivät saaneet apua ki-

puihin. (DOI 10.1055/s-0037-1601100)

Naisten vaihoihin ja synnytykseen apua

Monissa naistenvaihoissa sekä synnytyksen tukena ja siitä aiheutuneiden vaivojen hoidossa joko äidillä ja/tai lapsella on havaittu yksilöllisestä homeopaattisesta hoidosta olevan hyötyä.

Tutkimus Berrebi A, et al Gynecology 2001, 30,4,353-7 tutki homeopaattista hoitoa synnytyksen jälkeen, kun äiti ei halua imettää tai äidillä ei ole maidontuotantoa.

Tutkimukseen osallistui 71 synnyttänyttä naista, joista osa ei halunnut imettää ja osalta ei tullut maitoa. Heidät jaettiin kahteen ryhmään. Toiselle ryhmälle annettiin placeboa ja toiselle homeopaattinen yhdistelmävalmiste Apis 9C ja Bryonia 9C. Tutkimuksessa selvitettiin lääkeaineiden vaikutusta imetyksiin.

Huomattavaa paranemista havaittiin homeopaattisessa ryhmässä placeboon verrattuna.

Lasten ADHD:n hoidossa hyviä tuloksia

Frei, Everts, von Ammon et al julkaisivat 2005 tutkimuksen European Journal of Pediatrics:ssa homeopatian vaikutuksesta ADHD-lasten hoidossa. Kaksi julkaisua, joista toinen oli osittainen kaksoissokkotutkimus ja toinen havainnollinen kliininen tutkimus, osoittivat, että homeopaattisella hoidolla on positiivinen vaikutus ADHD:n hoidossa.

Placebokontrolloituun kaksoissokko vaihtovuorotutkimukseen osallistui 83 6-16 vuotiaasta lasta, joilla oli diagnosoitu ADHD. Ennen koetta kaikkia lapsia hoidettiin yhden jakson verran yksilöllisellä homeopaattisella hoidolla. 62 potilasta, joiden paraneminen oli 50% Connersin Kansainvälisen Indexin (CGI) mukaan, jatkoivat varsinaiseen tutkimukseen. Heidät jaettiin kahteen joukkoon. He saivat 6 viikkoa homeopaattista hoitoa, ja sen jälkeen 6 viikkoa lumelääkitystä. Toisella ryhmällä lääkitys oli toisinpäin.

Kokeen alussa ja jokaisen jakson vaihdon jälkeen vanhemmat raportoivat CGI arvioinnin ja potilaille tehtiin neuropsykologiset kokeet. CGI arviointi tehtiin myös jokaisen jakson lopussa ja kaksi pitkäaikaisvaiheen seuranta. Ensimmäisen homeopaattisen hoitajakson jälkeen, joka tehtiin avoimesti kaikille osallistujille, kognitiiviset kyvyt, kuten visuaalinen käsitys ympäristöstä, impulsiivisuus ja huomion jakaminen olivat parantuneet huomattavasti. Vaihdon jälkeen vanhempien tekemä CGI arviointi oli huomattavasti korkeampi homeopatiaryhmässä kuin placebo-ryhmässä. Pitkäaikainen CGI arviointi oli myös selkeästi korkeampi. * (DOI:10.1007/s00431-006-0262-5)

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

Artikkelisarjan seuraavassa osassa käsitellään eläinlääketieteessä tehtyjä homeopaattisia tutkimuksia ja niiden tuloksia.

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 hoitoon.
- Kurssi soveltuu myös homeopatianeuvojille pohjakoulutukseksi.

Homeopatian ammatillinen koulutus

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

- Syventävät opinnot kestävät kolme vuotta ja saat hyvän perustan homeopatian metodille.



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

Perusopinnot alkavat

Tampereella ja Turussa syyskuussa 2020.

Kotihomeopatia lyhytkursseja

Lisätietoa voi lukea SHA-Koulutuksen nettisivuilta www.shakoulutus.fi

