

## Osa 1 - Homeopatian tutkimus – vaikuttavaa ja tehokasta lääkintää

Homeopatia on n 200 vuotta vanha hoitomenetelmä, jonka kehitti saksalainen lääkäri Samuel Hahnemann. Homeopaattinen lääkintätaito käyttää homeopaattisella potensointimenetelmällä valmistettuja lääkkeitä aktivoimaan elimistön omaa parantavaa voimaa. Homeopaatti tekee laajan asiakashaastattelun, jossa huomioidaan sekä kehon että mielen yksilöllisten oireiden ja voinnin muutosten kokonaisuus. Homeopatiaa käytetään monissa maissa myös integroitiivisesti virallisten lääketieteellisten hoitojen rinnalla sairaaloissa ja poliklinikoilla ja toisaalla se kuuluu terveydenhoitojärjestelmän korvattaviin hoitoihin. WHO suosittaa yhdessä muiden CAM-terapioiden kanssa homeopatiaa integroitavaksi terveydenhoitojärjestelmiin erityisesti WHO:n jäsenmaissa niin, että CAM-terapia hoitomuodot ovat kaikkien saatavilla.

Huolimatta tästä WHO:n painavasta kannanotosta CAM-terapioiden saatavuuteen, kaikkialla maailmassa on ollut voimakkaita kannanottoja erityisesti homeopatiaa kohtaan. Julkiset henkilöt poliitikoista eri alojen asiantuntijoihin ja mielipidevaikuttajiin ovat yksimielisesti nimenneet homeopatian milloin humpuukiksi, puoskaroinniksi tai placeboksi – lumelääkkeeksi. Valitettavasti vain harva näistä ”suunpieksijöistä” on vaivautunut lukemaan edes yhtä kunnollista homeopatian tutkimusta. Tai pohtimaan mitä tutkimustulokset ovat oikeasti osoittaneet.

Luontaisterveys-lehti julkaisee artikkelisarjan Homeopatian tutkimuksesta seuraavissa numeroissa: Tässä numerossa tutustutaan homeopatian tutkimuksen lähtökohtiin, haasteisiin ja joihinkin vaikuttavuutta ja tehokkuutta osoittaneisiin tutkimuksiin. Tulevissa osissa tutustutaan homeopatian perustutkimukseen, kliiniseen tutkimukseen ja käyttäjätutkimukseen, meta-analyysseihin, sekä tutkimukseen joita tehdään kasveille, eläimille ja ekosysteemeille, soluille ja soluviljelmille sekä tehdään katsaus kiistelyyn tieteellisyyteen.

**Usein sillä miten asia julkisuudessa esitetään, ei ole mitään tekemistä sen kanssa miten asia todellisuudessa on.** Shafica Karagulla oli ennakkoluuloton lääkäri, kirurgi ja neuropsykiatri, joka toimi psykiatrina Royal Edinburgh Hospital:ssa ja psykiatrian apulaisprofessorina Valtion Yliopistossa New Yorkissa. Karagulla toimi suunnannäyttäjänä mm.aistien tutkimuksessa ja sanoi ”Jos yksikään ihminen havainnoi jotain jota pitää totena, se on niin, ja on toisten asia selvittää miksi näin on ja mitä se on.” Tiedetään, että moni henkilö on kokemuksensa perusteella saanut apua tai parantunut homeopaattisen hoidon avulla. Jos sitä miksi näin tapahtuu tai miten se toimii ei pystytä selittämään nykytiedolla ei se kuitenkaan tarkoita että se ei voi olla todenperäistä. Sitä ei vain vielä tunneta tarkemmin. Se että pelkäämme meille vielä tuntematonta ei estä sitä olemasta. Ennakkoluuloton uusien näkemysten mahdollisuuksien tunnustaminen voi kuitenkin tuoda mukanaan tehokkaampaa hoitoa, vähemmän haittavaikutuksia ja uusia hoitomahdollisuuksia. On monia syitä miksi jotkut tahot eivät halua tunnustaa homeopatiaa toimivaksi. Se on vähänkuin lääketieteen Brexit – toiset haluavat toimia kuten ennen ja toiset haluavat kokeilla uutta suuntaa entisen ohella. Yksi pelkää menettävänsä toimeentulonsa ja toinen ei halua luopua periaatteistaan. Kuitenkin meillä on perustuslaillinen oikeus valita oma hoitomuotomme ja on toivottavaa, että ne jotka haluavat valita toisin, saavat samanlaiset mahdollisuudet kehittää CAM-terapiota eteenpäin. Karagulla sanoi jo 70-luvulla, että olemme siirtymässä anatomian, fysiologian ja patologian tutkimuksesta fyysisen muodon syvemmille tasoille, jossa alamme tutkia kehon antamia sähköimpulseja. Sähköimpulsijärjestelmä kuormittuu mm. liiasta stressistä ja se voi johtaa kehon ja mielen sairastumiseen monin tavoin. Sähköimpulssit ovat kuitenkin vain osa kehon hienomekaniikkaa ja vaikuttaisi siltä, että homeopatia onnistuu palauttamaan elimistölle tasapainoisen terveydentilan silloin kun on mahdollista vaikuttaa kehon itsesäätelyjärjestelmään.

**Kliininen todentaminen on tunnettua myös lääketieteessä**

Tavallisesti ennenkuin tiede voi tutkia jonkin asian todenperäisyyttä, on tuosta asiasta tai olettamuksesta oltava jonkinlainen havainto. Tässä tapauksessa meillä on 200 vuoden ajan toiminnassa ollut hoitomenetelmä, joka toimii edelleen samoilla perusteilla. On tehty tuhansia havaintoja parantuneista potilaista akuuteissa ja kroonisissa vaivoissa. Lääkeaineet joita homeopatiassa yleisimmin käytetään, ovat samoja joita jo Hahnemann kolleegoidensa kanssa kokeili lääkeainekokeissa. Homeopaattiset lääkeainekokeet tehdään aina terveellä henkilöllä. Terveellä henkilöllä kokeiltu lääkeaine tuo esiin ne oireet, joita lääkeaine sairaalla henkilöllä parantaa. Sen vuoksi lääkeaineen oireet ovat sairaudenkuvan oireet eivät terveellä henkilöllä esiintyvät oireet tai jossakin alkusyynä olevan luonnontieteellisen sairauden oireet. Hahnemannille avautui lääketuntemuksen myötä uusi tapa ymmärtää sairautta. Tuo sairauden kuva, jossa sairaan oireet edustavat hänen sairauttaan sen koko laajuudessa fenomenologisena eli yksillöllisinä sattumuksina ja tuntemuksina, ovat potilaan ainoa keino parantua. Keho ilmentää oireet sairauden fenomeeneina ja homeopatiassa niiden mukaan valitaan parantava lääkeaine.

### **”Ei ole yhtään tieteellistä todistetta, että homeopatia toimii”**

on väite, jota on toisteltu mediassa ehkä enemmän kuin mitään muuta. On kuitenkin täysin eri asia väittää ettei ole yhtään kuin, että on joitain tai muutamia todisteita. Homeopatia on kuitenkin melko uusi tutkimusala, jolloin on selvää että määrällisesti tutkimuksia ei vielä voi olla paljoa.

Vuoden 2014 loppuun mennessä 189 kaksoissokkotutkimusta homeopatian vaikuttavuudesta 100:ssa eri sairaustilassa oli julkaistu vertaisarviointia käyttävien tiedejulkaisujen toimesta. Näistä 104 julkaisua oli placebo-kontrolloitua joiden mukaan:

-41% oli positiivisia (43 tutkimusta) – havaitsivat että homeopatialla on vaikutusta

-5% oli negatiivisia (5 tutkimusta) – havaitsivat että homeopatialla ei ollut vaikutusta

-54% oli ei ratkaiseva - (56 tutkimusta) - ei antanut ratkaisevaa tulosta kumpaankaan suuntaan  
Lisätietoa tutkimuksista voi lukea Faculty of Homeopathy research sivuilta josta myös oheinen 2 sivuinen tiivistelmä jossa alkuperäiset viitteet: 1.

<https://facultyofhomeopathy.org/wp-content/uploads/2016/03/2-page-evidence-summary-for-homeopathy.pdf>

Kun tätä verrataan perinteisen lääketieteen tekemiin tutkimustuloksiin kuten analyysiin 1016:sta systemaattisesti tehdystä RCT tutkimuksesta – satunnaistettu vertailukoe, huomataan, että niiden tulokset ovat hämmästyttävän samankaltaiset.

-44% - oli positiivisia – hoidoista oli todennäköisesti potilaalle etua

-7% - oli negatiivisia – hoidoista oli todennäköisesti potilaalle haittaa

-49% - oli ei ratkaiseva – tulokset eivät olleet edun eivätkä haitan kannalla

2. El Dib RP, Atallah AN, Andriolo RB. Mapping the Cochrane evidence for decision making in health care. *J Eval Clin Pract.*, 2007;**13**(4):689-92 | Pubmed 17683315

On kuitenkin huomattava, että homeopaattisessa vertailussa tutkimuksia oli 104 kun perinteisen lääketieteen vertailussa tutkimuksia oli 1016, joista jokainen analysoi useita tutkimuksia. Tämä otos kertoo kuitenkin homeopatian vaikuttavuudesta ja tarpeesta tehdä lisää hyvälaatuista homeopatian tutkimusta. Homeopatian tutkimusta on vielä verrattain vähän johtuen mm. hyvin pienestä tutkimusrahasta, jota siihen laitetaan. Esim. Englannissa vain 0,00085% hallituksen lääketieteen tutkimukseen varatusta kokonaisbudjetista käytetään CAM-terapioiden tutkimukseen ja siitä tulee vain minimaalinen osa homeopatialle. 3. Lewith GT. Funding for CAM. *BMJ.*, 2007; **335**(7627): 951. | Pubmed 17991941 PMC2071985

### **Hyvätasoista tutkimusta homeopatian toimivuudesta**

Usein väitetään ettei ole olemassa yhtään hyvätasoista tutkimusta siitä että homeopatia toimii. Tämä ei kuitenkaan ole totta. Ohessa muutamia korkealaatuisia RCT- satunnaistettuja vertailukokeita ja systemaattisia katsauksia/meta-analyysejä, joissa on tutkittu homeopatian vaikuttavuutta eri vaivoissa.

### **Yksilöllinen homeopaattinen hoito lasten ripulissa – Meta-analyysi v. 2003**

Kolme eri kaksoissokkotutkimusta, jossa oli mukana 242 lasta 6kk-5v ikäisiä arvioitiin yhtenä ryhmänä. Vertailuna oli placeboryhmä ja hoidettavat saivat yhden lääkeannoksen jokaisen epätavallisen ulosteen jälkeen 5 päivän aikana. Vanhemmat kirjasivat ulosteen päiväkortteihin ja terveydenhoitoalan henkilökunta vieraili lasten luona päivittäin tarkkaillen tilaa. Tuloksena havaittiin homeopatian ryhmän ripulinkesto oli 3.3 päivää kun placeboryhmällä se oli 4.1 päivää. Tutkimus osoittaa, että yksilöllinen homeopaattinen hoito vähentää akuutin ripulin kestoa pikkulapsilla ja sen vuoksi homeopatiaa tulisi käyttää suun kautta otettavan nesteiden ohessa.

1. Jacobs J, Jonas WB, Jiménez-Pérez M & Crothers D. Homeopathy for childhood diarrhea: combined results and metaanalysis from three randomized, controlled clinical trials. *Pediatr. Infect. Dis. J.*, 2003;22:229–234 PubMed 12634583

### **Yksilöllinen homeopaattinen hoito lasten korvatulehduksissa (otitis media)**

Placebokontrolloitu kaksoissokkotutkimus, jossa 75 lasta iältään 18kk-6v joilla oli todettu vuotava keskikorvatulehdus, kipua korvassa ja/tai kuumetta, oireet eivät olleet kestäneet 36h pidempään. Lapset saivat joko homeopaattisen yksilöllisesti valitun lääkeaineen tai placebon, jotka annosteltiin 3 kertaa päivässä suun kautta viiden päivän ajan tai kunnes oireet helpottivat kumpi sitten tapahtuikin ensin. Hoitotulosta mitattiin 5 vrk, 2 viikon ja 6 viikon jälkeen. Päivittäiset oireet 3 ensimmäisen vrk aikana sekä vuotoa korvasta arvioitiin 2 ja 6 viikon jälkeen. Tuloksena saatiin, että homeopaattisessa ryhmässä oli vähemmän hoidon epäonnistumisia, mutta ne eivät olleet tilastollisesti merkittäviä. Päivittäisten oireiden väheneminen 24h ja 64h hoidon jälkeen oli homeopatialle positiivinen. Tutkimus kehottaa laajemman tutkimuksen järjestämiseen.

2. Jacobs J, Springer DA, Crothers D. Homeopathic treatment of acute otitis media in children: a preliminary randomized placebo-controlled trial. *Pediatr Infect Dis J.*, 2001; 20(2): 177-83 | PubMed 11224838

3. Sinha MN, et al. Randomized controlled pilot study to compare Homeopathy and Conventional therapy in Acute Otitis Media. *Homeopat. J. Fac. Homeopat.*, 2012; 101: 5–12 | PubMed 22226309

### **Homeopaattinen lääkeaine Galphimia glauca heinänuhassa (allerginen rhinitis)**

1,038 avohoitopotilasta jotka kärsivät akuutista heinänuhasta (752 satunnaistettu kaksoissokkokoe) osallistui analyysiin. Potilaat arvioivat oireiden esiintymistä ja muutoksia ja oireiden lieventymistä. Yleistaso parantuneissa oireissa 1.25 [luotettavuus arvio (CI): 1.09–1.43] kertaa korkeampi kuin placeboryhmässä ja homeopaattisen ryhmän paranemisprosentti on n.79.3% (CI: 74.1–85.0%).

Päätelmä: huomattava paranemistulos homeopaattisesti hoidetulla ryhmällä verrattuna placeboon.

4. Wiesenauer M & Lüdtke R. A meta analysis of the homeopathic treatment of pollinosis with Galphimia glauca. *Forsch. Komplementärmed.*, 1996; 3: 230-234 |

### **Isopaattinen lääkeaine Pollen 30C heinänuhaan**

Placebokontrolloitu kaksoissokkotutkimus tutki homeopaattisella menetelmällä valmistettua Pollen 30C jossa on siitepölyä eri ruohokasveista. Tutkimukseen osallistui 144 potilasta, joilla oli aktiivinen vaihe heinänuhassa. Homeopaattisesti hoidetuilla potilalla havaittiin huomattava oireiden väheneminen sekä potilaan oman arvion että lääkäriarvioinnin mukaan. Tulosten merkittävyys nousi vielä enemmän kun tuloksia korjattiin siitepölylaskennalla ja verrattiin antihistamiinien tarpeen puolittamiseen. Alkupaheneminen havaittiin useammin potilailla, jotka saivat homeopaattisen lääkkeen ja jota seurasi paraneminen. Näyttöä sille ajatukselle, että placebo vaikutus voisi kokonaan selittää homeopaattisen lääkkeen kliinisen vaikutuksen ei löytynyt.

5. Reilly DT, Taylor MA, et al. Is homeopathy a placebo response? Controlled trial of homeopathic potency, with pollen in hayfever as model. *Lancet*, 1986; 2(8512): 881-886 | PubMed 2876326

### **Homeopaattinen yhdistelmävalmiste Vertigoheel huimauksen hoidossa**

Meta-analyysi neljästä tutkimuksesta, jotka arvioivat Vertigoheel yhdistelmävalmisteen (Anamirta cocculus, Conium maculatum, Ambra grisea, Petroleum) tehokkuutta kun sitä verrattiin perinteisiin lääkkeisiin (betahistiini CAS 5638-76-6, Ginkgo Biloba-uute, dimenhydrinaatti CAS 523-87-5), joita käytetään yleisimmin huimauksen hoidossa. Hoitoaika 6-8 vkoa ja annostus oli verrannollinen kaikissa ryhmissä. Tutkimuksessa arvioitiin huimauskohtausten määrää, voimakkuutta ja kohtauksien kestoa. Tutkimusten ikäryhmät ja huimauksen syy (vestibulaarinen tai ei) huomioitiin

muuntajiina meta-analyysissä. Kaksoissokkotutkimukset ja havainnolliset tutkimukset arvioitiin erikseen ja niiden tulokset yhdistettiin meta-analyysiin. Tutkimuksessa käytettiin 1388 potilasta joista 623 sai homeopaattista ja 753 kontrollilääkettä. Johtopäätöksenä tutkimuksesta voitiin päätellä että homeopaattista yhdistelmävalmistetta ei voida pitää huonompana kuin vertailulääkkeitä, joita käytettiin tutkimuksissa.

6. Schneider B, et al. Treatment of vertigo with a homeopathic complex remedy compared with usual treatments – a meta-analysis of clinical trials, *Arzneim.-Forschung*, 2005; 55(1): 23-29

### **Lääketutkimuksessa usein vain parhaat päältä**

Erityisesti lääketutkimuksen aloilla on ollut suuntausta esitellä vain tutkimuksen positiivisia tuloksia, esittämättä kaikkia negatiivisia ja antaen näin vääristyneen kokonaiskuvan vaikutuksesta. Tämän vuoksi on viime aikoina tullut tavoitteeksi sisällyttää kaikki tutkimustulokset niin, että vaikutuksia voidaan arvioida kokonaisuutena. Homeopatia-kriittiset ovat usein esittäneet tämän teorian myötä, että homeopatiasta valitaan vain ne positiiviset tutkimukset. Kuitenkin negatiiviset tutkimukset ovat oleellisia vain silloin kun testataan samaa homeopaattista hoitoa/lääkettä samoihin sairaustiloihin kuten edellämainituissa lääketutkimuksissa perinteisten lääkkeiden osalta. Edellisistä homeopaattisista tutkimuksista ei tiedetä olevan negatiivisia tutkimustuloksia.

### **Vaikutuksia havaittu myös eläintutkimuksissa**

Eläinlääketieteelliset tutkimukset ovat mielenkiintoisia jo siinäkin mielessä, että placebo vaikutuksen mahdollisuus jää silloin pois. Hollannissa tehtiin placebokontrolloitu kaksoissokkotutkimus teollisuussikalassa, jossa arvioitiin homeopaattisen lääkkeen Coli 30K vaikutusta ehkäisevänä hoitona vastasyntyneiden porsaiden E-colibakteerin aiheuttamaan ripuliin. 52 emakkoa valittiin, joilla oli kantoaikaa jäljellä kuukausi. Emakot saivat kaksi kertaa viikossa homeopaattista tai placeboa. Syntyneiden 525 porsaan ripuli tilastoitettiin esiintymisen ja ripulin keston mukaan. Tulokset osoittivat selkeästi homeopaattisen lääkkeen vaikutuksen sillä vain 3.8% homeopaattisesti hoidetusta ryhmästä sairasti ripulia kun taas verrokkiryhmässä osuus oli 23.8% ( $p < 0.0001$ )<sup>14</sup>. Tämä on merkityksellinen tulos siinä mielessä, että perinteinen hoito porsaiden E-coli ripuliin on antibioottihoito tai ehkäisevä rokotus emakoille. Homeopaattinen hoito on paitsi vaikuttavaa ja tehokasta se auttaa myös ehkäisemään lääkejäämiä tuotantoeläimissä, joista ne siirtyvät ihmiseen. 1. Camerlink I, Ellinger L, Bakker EJ, Lantinga EA (2010). Homeopathy as replacement to antibiotics in the case of Escherichia coli diarrhoea in neonatal piglets. *Homeopathy*, 99; 57-62.

Lähteet: [www.hri-research.org](http://www.hri-research.org) ja mainitut tutkimukset

Kirjoittajat ovat homeopaatteja ja SHA-Koulutuksen opettajia  
Diplomihomeopaatti Minna Keitu ja Erikoishammaslääkäri, diplomihomeopaatti Marja-Terttu Pakkanen