

Voiko täydentävä-vaihtoehtoinen lääketiede (CAM) olla näyttöön perustuvaa (evidence-based)?

Kyllä voi, jos se sisältää standardoinnin ja tavanomaiset tutkimustyökalut, todetaan PubMed:issa julkaistussa artikkelissa.

Täydentävän – vaihtoehtoisen lääketieteen lääkärit ja tutkijat ovat julkaisseet systemaattisia katsauksia CAM -terapioista. Niitä voi lukea esimerkiksi *The Cochrane Collaboration*in sivuilta. Hakusanoilla ”complementary and alternative medicine” yhdessä ja erikseen antaa tulokseksi satoja artikkeleita. Aihe on ollut esillä myös kansainvälisessä kongressissa, jossa käsiteltiin tutkimusmenetelmiä ja laadun hallintaa. Kaikki tämä on tehty vähäisestä tutkimusrahoituksesta ja resursseista huolimatta.

ks. <http://www.cochrane.org/>

On olemassa kaksi perustavanlaatuista ristiriitaa CAM – ”taiteen” ja ”tieteelliseen näyttöön” perustuvan tavanomaisen lääketieteen välillä. Näiden konfliktien ratkaiseminen on avain siihen, että erotetaan näyttöön perustuva täydentävä lääketiede käytäntöön perustuvasta ”tarinasta”, artikkelissa todetaan.

Ensimmäinen ristiriita on standardoinnin ja yksilöllistämisen välillä. Näyttöön perustuva lääketiede korostaa toistettavuutta. Siinä pyritään määrittelemään universaali ”paras käytäntö”, joka perustuu suureen määrään satunnaiskontrolloituja (RCT) tutkimuksia ja meta-analyseja. Tämä on ristiriidassa potilaan ja terapeutin väliseen vuorovaikutukseen keskittyvän täydentävän – vaihtoehtoisen lääketieteen kanssa. Tällaisessa henkilökohtaisessa puitteessa mitkään kaksi vuorovaikutustilannetta eivät voi koskaan olla samanlaisia. CAM -lääketieteen harjoittajat katsovat, että monimutkainen vuorovaikutus kahden ihmisen välillä on itsessään terapeutin ja se uhmaa empiiristä ymmärrystä. Käytettäessä satunnaiskontrolloitua tutkimusmenetelmää täydentävää – vaihtoehtoista lääketiedettä arvioitaessa, on kuin mitattaisiin herkkää ruusua viivoittimella.

Lääkärin on kuitenkin tiedettävä tarkasti mikä tavanomainen tai täydentävä hoito auttaa potilasta. Ensimmäinen askel tehtäessä täydentävästä – vaihtoehtoisesta lääketieteestä enemmän näyttöön perustuvaa on määrittellä tarkkaan eri hoitomuotojen terapeutit käyttötarkoitukset. Tämän jälkeen niiden kliinistä tehoa voidaan arvioida näyttöön perustuvan lääketieteen tavanomaisia tutkimustyökaluja käyttäen, todetaan artikkelissa.

Voidaan myös kysyä, ovatko satunnaiskontrolloitujen tutkimusten välineet yleensä sopivia? Ovatko välineet riittäviä osoittamaan monimutkaisen ja monitahaisen hoidon toimivuutta? Tässä on haastetta myös tavanomaiselle lääketieteelle.

Satunnaiskontrolloidut kokeet ovat arvostettuja lääketieteessä, koska niillä voi testata syy-yhteyksiä, määrittää tehokkaita annoksia, arvioida hoitojen riskejä ja hyötyjä sekä minimoida valintoja ja mittauspoikkeamia. On totta, että monia CAM -hoitoja on vaikea tutkia näillä menetelmillä, mutta metodologiset ongelmat voidaan ratkaista. Yksi esimerkki on ”plaseboneulan” käyttäminen akupunktio tutkimuksessa. Neula näyttää täsmälleen akupunktioneulalta ja se aiheuttaa saman vaimean tuntemuksen. Se ei kuitenkaan läpäise ihoa, joten sen avulla tutkijat pystyvät tarkastelemaan akupunktion fysiologisia vaikutuksia.

Satunnaistutkimukset eivät osoita yksittäisten potilaiden kokemuksia terapiasta. Näyttöön perustuvassa lääketieteessä on kuitenkin laaja valikoima laadullisia välineitä, joiden avulla voidaan tutkia näitä

vaikutuksia. Laadullinen tutkimus on ihanteellinen tapa selvittää miksi ja milloin potilaat käyttävät CAM -hoitoja.

Näyttöön perustuva lääketiede on jättänyt lääkärit ja potilaat tietämättömiksi ei-spesifisistä, monimutkaisista vaikutuksista, jotka ovat keskeinen osa parantavaa prosessia. *Ted Kaptchuk* Harvardin yliopiston vaihtoehtoisen lääketieteen tutkimuskeskuksesta (*Centre for Alternative Medicine Research*) toteaa, että täydentävän – vaihtoehtoisen lääketieteen suurin tehtävä on tuoda nämä vaikutukset lääketieteen eturintamaan.

RCT -tutkimuksissa jätetään huomiotta terapeuttiset kokonaisvaikutukset; terapeutin persoonallisuus, potilaalle annetun ajan määrää ja se, miten hänen kanssaan puhutaan. Sen sijaan, että niitä pidetään plasebovaikutuksina, ne on purettava ja tutkittava järjestelmällisesti, jotta niiden terapeuttinen hyöty voidaan ottaa käyttöön kaikkialla terveydenhuollossa. Sekä tavanomaisen että täydentävän lääketieteen ”taide”, hoidon monimutkaisuus, on vaikeaa, mutta ei mahdotonta määrittää.

Näyttöön perustuvan lääketieteen välineet voivat auttaa meitä ymmärtämään ja selittämään täydentävän – vaihtoehtoisen lääketieteen suosion. Valtion rahoittamassa terveydenhuoltojärjestelmässä ne voivat myös ohjata kulutus päätöksissä ja varmistaa, että veronmaksajien rahoja käytetään tehokkaimpiin mahdollisiin hoitoihin, olivatpa ne sitten tavanomaisia tai täydentäviä. Tutkijoilla ja täydentävän lääketieteen käytännön aloilla toimivilla ei ole mitään menetettävää, mutta paljon voitettavaa. ”Totuus ei pala tulessakaan.”

West J Med. 2000 July; 173(1): 4–5.

PMCID: PMC1070951

Copyright © Copyright 2000 BMJ publishing Group

Can complementary medicine be evidence-based?

Gavin Yamey1

<http://ukpmc.ac.uk/articlerender.cgi?artid=4151>