

Plaseboa tutkitaan monitieteisesti – plasebotutkijoiden konferenssi Leidenissa 2.–4.4.2017

Plasebotutkijoiden yhdistys SIPS (Society for Interdisciplinary Placebo Studies) järjesti ensimmäisen virallisen plasebotutkimuksen konferenssin Hollannin Leidenissa 2.–4.4.2017. Tilaisuuteen osallistui noin 250 henkilöä 24 maasta. Avausesitelmässään ”Things Not Usually Said: Unorthodox Views about Placebo” (Asioita, joista ei yleensä puhuta: epäortodoksia näkemyksiä plasebosta) professori Ted Kaptchuk Harvardin yliopistosta muistutti, että plasebon eli lumeen fysiologista vaikutusmekanismia ei tunneta.

Joissakin tapauksissa – erityisesti kivunlievityksessä – plasebo on osoittautunut varsin tehokkaaksi. Syytä tähän ei kuitenkaan tiedetä. Kaptchuk tähdensi toivon ja potilaskeskeisen hoidon tärkeyttä kaikessa parannustyössä. Hänen mielestään toivon merkitystä käytännön hoitamisessa ei pidä vähätellä tieteesen vedoten, vaikka kyse olisikin plasebovaikutuksesta.

PARADOKSI

Plasebon paradoksi eli se, että tehottomaksi oletettu saattaa-kin tehoa, on edelleen ratkaisematta. Useissa esitelmissä mainittiin, että plasebo ymmärretään yleensä lääkkeeksi tai hoitotoimenpiteeksi, joka ei sisällä lainkaan fysiologisesti

vaikuttavia aineita tai tekijöitä. Tutkijayhteisössä varsin yleinen näkemys on kuitenkin, että plasebo ei vaikuta yksinään vaan että sen tehoon vaikuttaa koko hoitokokonaisuus – mukaan lukien uskomukset, odotukset, hoitorituaalit, hoitosuhteet, viestintä ja potilaan hoidolleen antamat merkitykset. Myös potilaan aikaisemilla hoitokokemuksilla sekä hoitavan henkilön odotuksilla on merkitystä. Nämä kaikki tekijät vaikuttavat mielikuviin, tunteisiin ja tulkintoihin, jotka plasebovaikutuksen välityksellä heijastuvat myös kehollisiin toimintoihin. Puhutaan myös merkitysvaiikutuksesta.

Tutkimuksessa plasebolla on ollut 1950-luvulta lähtien vahva asema kliinisissä hoitokokeissa. Itse plasebovaikutusta on ryhdytty tutkimaan tämän vuosituhannen aikana. Esimerkiksi Yhdysvalloissa, Isossa-Britanniassa, Italiassa ja Saksassa toimii monitieteisiä tutkimusryhmiä, joissa on mukana muiden muassa neurotieteiden, lääketieteen, psykologian, antropologian ja filosofian tutkijoita.

Professori Fabrizio Benedetti Turinin yliopistosta kertoi esitelmässään plasebon vaikutuksista urheilijoiden suorituskykyyn. Hän on tutkimusryhmineen suorittanut vuoristolosuhteissa kokeita, jotka

ovat osoittaneet plasebon voivan parantaa jopa hapenotto-kykyä.

Plasebon luonne ja sen asema terveydenhuollossa ovat muuttumassa lisääntyvän tutkimuksen myötä. Näihin päiviin saakka lumetta on pidetty vaiettuna käytäntönä terveydenhuollossa, vaikka plasebovaikutuksen tiedetäänkin näkyvän terveydenhuoltohenkilökunnan työssä. Benedettin (1) mukaan Tanskassa 48 % yleislääkäreistä ja Israelissa 62 % lääkäreistä hyödynsi plasebovaikutusta vähintään kymmenen kertaa vuodessa. Kaikki tutkijat eivät kuitenkaan allekirjoita tätä tutkimustulosta; osa uskoo tutkimuksiin vastanneiden lääkäreiden sekoittaneen plasebon ja plasebovaikutuksen.

Muiden muassa psykoneuroimmunologisen tutkimuksen ja aivokuvantamistekniikoiden kehittyminen on lisännyt ymmärrystä mielen ja fysiologisten prosessien erottamattomasta yhteydestä plasebovaikutuksessa. Koko plaseboilmiötä on alettu hahmottaa uudella tavalla. Kun aiemmin ajateltiin, että lumeen käyttö tarkoittaa salailua tai osatotuksien kertomista potilaalle, nykytutkimus on todistanut, että plasebo (tehottomaksi määriteltä hoito) voi toimia avoimesti käytettynäkin.

AVOIN PLASEBO

Tutkija Claudia Carvalho Lissabonin yliopistosta kertoi avointa plaseboa käsittelevästä tutkimuksesta, josta hän tutkijaryhmineen raportoi Pain-lehdessä (2). Tutkimuksessa plaseboryhmän potilaat saivat kivunlievitykseen tavanomaisen hoidon lisäksi lumepillereitä. Heille kerrottiin avoimesti, etteivät pillerit sisällä lääkeainetta. Lumepillereitä saaneessa ryhmässä kivut lievittyivät siitä huolimatta selkeästi enemmän kuin tavanomaista hoitoa saaneessa ryhmässä. Kiinnostavaa on, että kun vertailuryhmänä toiminut tavanomaisen hoidon ryhmä tutkimuksen loppuvaiheessa sai avointa plasebohoitoa, myös tässä ryhmässä sekä kivut vähenivät että koettu toimintakyky parani.

Carvalhon ja hänen ryhmänsä työ on ensimmäinen satunnaistettu kliininen koetutkimus, joka osoittaa avoimen plasebon mahdolliset kliinisesti merkittävät hyödyt alaselkäkipujen hoidossa.

Carvalho kertoi kyseisestä tutkimuksesta lisäksi aiemmin raportoimattomia tuloksia. Niiden mukaan 64 % plaseboryhmään kuuluneista potilaista ilmoitti vähentäneensä tavanomaista lääkitystään kokeen aikana, 40 % kertoi loppuhaastattelussa suhtautuneensa plasebopillereihin aluksi skeptisesti, ja 25 % pyysi saada lumepillereitä hoitokokeen jälkeenkin. Havainnot avaavat uusia näkymiä sekä plasebotutkimukselle että muulle hoitamisen vaikutuksia koskevalle tutkimukselle.

KOKEMUKSELLISUUS

Keho pyrkii luontaisesti parantamaan itsensä, ja hoitotoimissa esiintyvät erilaiset plasebovaikutukset vahvistavat tätä pyrkimystä.

”Näin ollen ei ole mitään syytä puhua puhtaasta ja epäpuhtaasta plasebosta”, totesi dosentti Pekka Louhiala Helsingin yliopistosta. Plasebon puhtauden ja epäpuhtauden käsitteiden avulla on pyritty ymmärtämään, kuinka plasebokontrolloiduissa kliinisissä kokeissa ilmenevät tutkittavan hoidon ja plasebohoidon vaikutukset sekoittuvat toisiinsa. Käsitteillä on yritetty selittää myös plasebon käytön yleisyyttä terveydenhuollossa.

Louhialan mukaan epäpuhtaan plasebon käsite ei sovellu sen paremmin tutkimukseen kuin kliiniseen työhönkään. Koska plasebovaikutus rakentuu monista potilaaseen, hoitajaan ja tilanteeseen liittyvistä kokemuksellisista seikoista, plaseboa on mahdoton määrittellä puhtaaksi tai epäpuhtaaksi. Louhialan mielestä koko *plasebovaikutus*-termi tulisi hylätä. Sen voisi korvata esimerkiksi sanalla *hoivavaikutus* tai *tilannevaikutus*.

Claudia Carvalhon ja tutkimusryhmän tutkimus (2) on herättänyt keskustelua Leidenin konferenssin jälkeenkin. Muiden muassa Adrian Traeger ja Steven Kamper mainitsevat sen Pain-lehdessä kesäkuussa 2017 julkaistussa artikkelissaan, jossa he ottavat kantaa *plasebo*-termin käyttöön (3). Pekka Louhialan tavoin he ehdottavat termin hylkäämistä, koska ajatus ”ei-minkään vaikutuksesta” (*effect-of-nothing*)

on aikansa elänyt. Vanhankaikaisen termin hylkääminen voi heidän mielestään johtaa uusien käsitteiden myötä parempaan ymmärrykseen siitä, mitkä eri asiat vaikuttavat interventioissa. Tällaisia seikkoja ovat esimerkiksi Ted Kaptchukin esityksessään painottamat toivo ja potilaan odotukset sekä hoitorituaalit ja muut tilanne- ja tunnelmatekijät. Ne vaikuttavat kokonaisvaltaisesti ja kokemuksellisesti kehon ja mielen välityksellä.

Vaikka erilaisia plaseboja ja niiden vaikutuksia myös muussa kuin sairauksien hoidossa tutkitaan vilkkaasti, yksityiskohtaiset vaikutusmekanismit ovat jääneet tuntemattomiksi. Professori Alia Crum Stanfordin yliopistosta totesikin: ”Placebo is an International Man of Mystery.”

PLASEBOTUTKIMUS

Ajatus plasebotutkijoiden yhteistyöstä syntyi kolmisen vuotta sitten. Pari vuotta sitten Genevessä perustettiin poikkitieteellinen plasebotutkijoiden yhdistys. Koska plasebovaikutus ymmärretään kokonaisvaltaiseksi, sekä kehoon että mieleen liittyväksi ilmiöksi, yhdistys pitää tärkeänä moniteistä tutkimusta. Yhdistyksen tavoitteena on edistää plasebovaikutuksen fysiologisten ja psykologisten mekanismien tutkimusta ja kehittää eettisesti hyväksyttäviä menetelmiä plasebovaikutuksen hyödyntämiseksi hoitotulosten parantamisessa.

Lisätietoja plasebotutkijoiden yhdistyksestä on SIPS:n kotisivuilla osoitteessa www.placebosociety.org.

KIRJALLISUUS

- (1) Benedetti F. Placebo Effects. Oxford University Press, Oxford 2014.
- (2) Carvalho C, Caetano JM, Cunha L, Rebouta P, Kaptchuk TJ., Kirsch I. Open-label placebo treatment in chronic low back pain: a randomized controlled trial. *Pain* 2016;157:2766–2772.
- (3) Traeger AC, Kamper SJ. The effect of nothing? Time to abandon the concept of placebo. *Pain* 2017;158:1179.

PAULIINA AARVA
YTT, dosentti
Tampereen yliopisto

Hyvät lehtemme kirjoittajat ja lukijat!

Lehtemme on siirtynyt Open Journal System (OJS)-
julkaisujärjestelmään. Tulevat kirjoitukset jätetään osoitteessa:
<https://journal.fi/sla>

Lisätietoja saa tarvittaessa lehden toimitussihteeriltä:
toimitussihteeri@socialmedicine.fi.

Toivotamme lukijoillemme rauhallista joulun aikaa ja menestystä
vuodelle 2018!

Lehden toimituskunta