

## Homeopátia: a népszerű, de vitatott komplementer gyógymód

Joó Gabriella PhD

*főiskolai docens*

SZTE Egészségtudományi és Szociális Képzési Kar

Alkalmazott Orvostudományi Szakcsoport

e-mail: joog@etszk.u-szeged.hu

Az olyan komplementer terápiás eljárások, mint pl. az akupunktúra, hipnoterápia, reflexológia, meditációs gyakorlatok, kineziológia, gyógynövények használata, vitaminok-ásványi anyagok pótlása – régóta alkalmazott és széles körben elfogadott módszerek a különböző betegségek gyógyítására vagy a kellemetlen érzetek enyhítésére. Szinte mindenkinek van egy jó tippje, receptje amivel egy adott tünetet már hatékonyan enyhített.

A homeopátia nem új gyógymód, hiszen a XIX. század óta használják, de talán a legvitatottabb mind közül. Hatékonysága sokak szerint kérdéses, hiszen nem léteznek széles körben végzett, ún. multicentrikus, kettős vak, randomizált, kontrollált vizsgálatok, melyek egyértelműen bizonyítanák hatásosságát és amelyeket a konvencionális terápiák esetében a törvény előír, illetve a társadalom elvár. Ennek ellenére az emberek kortól, nemtől, iskolai végzettségtől függetlenül széles körben használják a homeopátiás készítményeket és mindenkinek van róla véleménye.

A vitatott hatékonyság és a bizonyítékok hiánya miatt a homeopátiát a Magyar Tudományos Akadémia 2011. évi állásfoglalásában a „filozófiai alapokon nyugvó” eljárások közé sorolja, mely „háttérének feltárásában természettudományos módszerek mellett más tudományterületeket is érintő komplex kutatások szintén jelentőséggel bírnak” [1]. Homeopátiás ismeretek jelenleg egyik magyar orvosi egyetem tanrendjében sem szerepelnek önálló kurzusként (említést tesznek ugyan róla az alternatív gyógymódok között, illetve a gyógyszerelőállítási technológiáknál), azonban kiegészítő képzésként bárki elvégezheti a Magyar Homeopata Orvosi Egyesület által szervezett tanfolyamot. Hazánkban azonban a homeopátiás gyógyítás csak orvosok által gyakorolható [2]. Az egészségügyben dolgozók napi szinten szembesülnek azzal, hogy valamilyen homeopátiás szert (is) szednek a betegek, hiszen számos orvos javasolja, sőt a páciensek maguktól is beszerzik (ismerősök ajánlása vagy reklámok hatására). Mit is kell tudni erről a vitatott gyógymódról?

A homeopátia tana egy olyan korban körvonalazódott, amikor a fejlődő orvoslás és az egyre terjedő gyógynövényes ismeretek ellenére a lakosság általános egészségi állapota, a higiéniai viszonyok és a korabeli orvosi ellátás igen alacsony szinten stagnált. Olyan erőszakos beavatkozásokkal igyekeztek gyógyítani, mint pl. az érvágás, a piócaakúra, purgálás, köpölyözés, hánytatás és olyan mérgező anyagokat használtak gyógyszernek, mint pl. a higany, arzén, ólom. Ekkor kezdte meg orvosi tevékenységét a homeopátia atyja, Samuel Hahnemann (1755-1843) [3]. Kilenc évig praktizált, de cikkeiben folyamatosan bírálta kora gyógyító módszereit és mellette gyűjtötte saját tapasztalatait a különböző hatóanyagokról. Megfigyelte, hogy bizonyos tünetek hatékonyan gyógyíthatók olyan szerek nagy hígításával készült oldatokkal, amelyek egészséges embereken hígíthatlanul a betegséghez hasonló tüneteket okoznak (pl. náthás, vizesen csepegő orrú betegnek vöröshagyma –*Allium cepa* kivonata, émelygésre, utazás közbeni hányingerre a dohány –*Tabacum*, hígított kivonata adható). Ebből született meg a homeopátia alapelve, a „hasonló gyógyít hasonlót” elv, mely gondolat már Hippokratész korában is felmerült Kr. e. 5. században. A homeopátia elmélete szerint a sokszorosán meghígított és bizonyos rázási eljárással potencionált szerben megerősödik az alapvegyület „életereje”, mely így gyógyhatással bír, mivel mozgósítja a szervezet „öngyógyító” rendszereit. Hahnemann előadásaival és tevékenységével széles tömegeket győzött meg, így már az ő korában elfogadott terápia lett, noha továbbra is fennállt a bizalmatlanság a konvencionális orvoslást folytatók és a homeopátia hívei között. Ő maga kb. 100 szer hatását írta le és a megfigyelt tapasztalatok alapján felállította az egyes szerek „tüneti képét”.

A homeopátiás szerek előállításakor az adott növényi-, állati-, vagy ásványi eredetű hatóanyag alkoholos-vizes kivonatából hígítást készítenek. Az alapoldat többszörös meghígítása, potenciá-

lása folyamán készítenek tízszeres (decimális, D, 1:10), százszoros (centezimális, C, 1:100), ritkán quinquangintamillezimális, Q, azaz 1:1000, és 1:50 000 hígítást, majd kellő számban megismételve az eljárást még tovább hígítják az oldatot az eddigiekhez hasonló arányban és minden lépés után összerázzák (dinamizálják) [3]. Ezt az oldatot viszik fel végül laktóz golyóra. A homeopata orvos a diagnózis felállításakor figyelembe veszi a beteg testi és lelki alkatát, az egyéni tüneteket és a betegség kialakulásának körülményeit. A homeopátia elmélete szerint ugyanis a betegség egyéni tünetek összessége és így a gyógymódnak is egyénre szabottnak kell lennie. A homeopátiát „szelíd gyógymódnak” nevezik, mivel a többszörös hígítás után az eredeti hatóanyagból a legtöbb hígítás esetén egyáltalán nem marad az oldatban, így beadása nem okozhat mellékhatásokat.

A XIX. században a technika fejlődésével azonban jelentős fejlődésnek indult a hagyományos orvoslás is, melynek kimutatható, reprodukálható és mérhető eredményei nem hasonlíthatók össze a homeopátia ezen hiányosságaival. A korabeli orvoslás meghatározó egyéniségei közé tartozott többek között: Semmelweis Ignác (1818-1865) (gyermekágyi láz megelőzése), Robert Koch (1843-1910) (lépfene-, tüdőbaj kórokozójának felfedezője), Louis Pasteur (1822-1895) (lépfene-, kolera-, veszettség elleni immunizálás). Ezen tudósok eredményeit ma már senki nem kérdőjelezi meg, noha pl. Semmelweis tanait sem egyszerűen fogadták el a korabeli orvosok, mégis az idő és a drasztikusan javuló túlélési eredmények, majd a tudományos bizonyítékok végül őt igazolták.

Jelenleg a homeopátiás szerek magyarországi forgalomba hozatala „egyszerűsített eljárással” történik, ami azt jelenti, hogy teljesen az EU ajánlásokat átvéve törzskönyvezhető, azaz nem kell a szerek hatékonyságát és biztonságosságát bizonyítani (ami a konvencionális gyógyszerek esetén szigorú előírások alapján, évek alatt történik meg). A homeopáták úgy tartják, hogy lehetetlen is lenne tesztelni a hatékonyságot a szerek holisztikus, egyedi megközelítése miatt és amint a 2005. EüM rendelet megfogalmazza: a szerek „ártalmatlanságát a hígítás foka garantálja” [4].

A gyógyszeres elvek szerint, - melyek a termodinamika posztulátumaira visszavezethetők - egy szer hatékonyságának alapja az, hogy megfelelő dózisban adagolva lép kölcsönhatásba bizonyos endogén rendszerekkel a szervezetben. A homeopátiás szerek azonban a sorozatos hígítás miatt általában nem is tartalmazzak hatóanyag molekulát, így hatásmechanizmusuk nehezen összeegyeztethető ezzel az alapelvvel. Az az elmélet pedig, hogy a rázással létrehozott dinamizálás során az oldószernek átadott rezgések váltják ki a szervezetben a gyógyító hatást, ez idáig nem nyert bizonyítást. A homeopátia hatásmechanizmusával kapcsolatban pedig ez a legnehezebben elfogadható magyarázat azaz, hogy a dinamizálás során a vízben létrejövő „rezgés-memória” gyógyít, mely bent marad azután is, hogy az oldat már hatóanyagmolekulát nem tartalmaz. A víz „memóriájának” bizonyítását (elektromágneses rezgések formájában) neves kutatók megkísérelték ugyan [5,6], de ezeket az eredményeket nem lehetett később reprodukálni. Az igaz, hogy a vízmolekulák képesek gyorsan (femtoszekundumként, azaz  $10^{-15}$  sec) változó hidrogén-kötéseket létrehozni egymás között, mellyel a víz nanostruktúrája pillanatról pillanatra megváltozik [7], de ez az állapot nem alkalmas tartós üzenet hordozására. Az a feltevés pedig, hogy a víz nanoszerkezetével képes modulálni az endogén rendszereket ellentmond a mai tudományos ismereteknek, hiszen akkor mi magyarázná a gyógyszermolekulák specifikus hatékonyságát, melyek éppen úgy képesek célhelyükre bekötni, hogy kiszorítják a vizet a kötőhely felől.

Léteznek az irodalomban tanulmányok (főként eseteleírások), melyek vizsgálják a homeopátiás szerek hatékonyságát, azonban a kevés elemszám vagy a jól megválasztott statisztikai próbák miatt ezek az eredmények fenntartással kezelendők [8,9,10]. A bizonyítékokon alapuló orvoslás (evidence-based medicine) elveire épülő Cochrane adatbázis [11], mely az azonos témájú randomizált klinikai vizsgálatok meta-analízisét végzi, sem talált megalapozott bizonyítékot a homeopátiás gyógymódok hatékonyságát illetően.

Mindenesetre akármilyen módon is működnek ezek a szerek, annyi bizonyos, hogy semmiképpen nem hanyagolható el a szedésükkel járó placebo hatás, azaz olyan mérhető, megfigyelhető, vagy érezhető javulás az egészségi állapotban, mely nem a kezelés eredménye. Ezt egyik tanulmány sem zárja ki. A homeopátiás szerek hatásmechanizmusának tartott, a szervezet „öngyógyító rendszereit” aktiváló hatása ilyen értelemben tekinthető a placebo jelenségek egyik formájának. E hatás fontosságát pedig a hagyományos orvoslást követői sem vitatják. Placebo hatás működhet minden olyan

szervrendszeren, mely idegrendszeri szabályozás alatt áll (nem hatékony pl. genetikai károsodások, szövetkárosodások, patogének okozta fertőzések esetén). Elsősorban a pszichoszomatikus betegségekben figyelhető meg erős placebo hatás úgy, mint: különböző központi idegrendszert érintő betegségekben (pl. depresszió, szorongás, fájdalom), szív-, és érrendszeri megbetegedésekben (pl. angina pectoris, ritmuszavar, vérnyomásingadozás), gyomor-bélrendszeri tünetekre (pl. gyomorfekély, bélmotilitás zavarok), immunrendszerre (pl. szénanátha, allergia, láz, rheumatoid arthritis). Azt, hogy a placebo pszichobiológiai úton hatva működik pl. fájdalomcsillapításban, depresszióban, motoros károsodások (Parkinson-kór) esetén illetve az immunrendszer modulálásában már egyértelműen és többféleképpen bebizonyították [12,13,14]. Ez azt jelenti, hogy placebo szerek vagy kezelés hatására beindulnak a szervezetben bizonyos endogén rendszerek (pl. ingerületátvivő anyagok szabadulnak fel, különböző agyterületek mutatnak fokozott aktivitást), melyek következtében a beteg tünetei jelentősen javulnak.

Meg kell azonban jegyezni, hogy ahogy a konvencionális gyógyszerek között is van hatásbeli különbség ember-ember között, úgy a homeopátiás szerek sem azonos hatásfokkal segítenek mindkinek. A placebo hatásban is létezik ugyanis egyéni különbség, vannak akik fogékonyabbak rá és vannak akik kevésbé (a populáció kb. 33%-a „placebo-responder”). Mivel a placebo ugyanazon idegpályákat befolyásolja, mint amit az ópiátok, így valószínű, hogy ezekre a szerekre jól reagáló egyének hatékonyabb endogén fájdalomcsillapító rendszerrel rendelkeznek [15], így esetükben a homeopátiás szerek is hatékonyak bizonyulhatnak.

A komplementer gyógymódok esetén, így a homeopátiánál is figyelembe kell venni az ún. nem-specifikus terápiás hatásokat. A legfőbb ok, amiért egy beteg komplementer terápia után néz az az, hogy elégedetlen a hagyományos orvoslással (betegséghez való elégtelen hozzáállás, rossz orvos-beteg kapcsolat, gyógyszer mellékhatások miatt). A homeopata orvos pedig hosszú, gondos kikérdezés után egyénre szabott terápiát ír elő. Ennek a megkülönböztetett és humanizált orvos-beteg kapcsolatnak pedig rendkívül pozitív hatása van [16,17,18].

Összevetve a tényeket és eredményeket mindenképpen egyetérthetünk abban, hogy a gyógyuláshoz a konkrét hatóanyagon túl számos egyéb tényező is szükséges. Fontos az orvos és az egészségügyi személyzet hozzáállása, a beteg gondozás minősége és természetesen a beteg pszichés állapota is. Hiszen abban a modern kor orvosai is egyetértenek, hogy a gyógyulási folyamathoz elengedhetetlenek a lelki tényezők és a pozitív hozzáállás. Így, ha a klasszikus hippokratészi „Nil nocere!”, azaz „Ne árts!” elvet követjük, akkor a homeopátiának megvan a helye a mai kor komplementer gyógymódjai között.

## Irodalomjegyzék

1. A Magyar Tudományos Akadémia Orvosi Tudományok Osztályának állásfoglalása. Komplementer medicina– a bizonyítékokon alapuló orvoslás elvei alapján. Orvosi Hetilap 152(30): 1197–1204. 2011.
2. Népjóléti Minisztérium hatályos rendelete 11/1997 V. 28. - a természetgyógyászati tevékenység gyakorlásának egyes kérdéseiről
3. **Andrew Lockie:** A Homeopátia Enciklopédiája, Athenaeum 2000 Kiadó, Pannonica Kiadó 2007.
4. 52/2005. (IX.18.) EüM rendelet az emberi alkalmazásra kerülő gyógyszerek forgalomba hozataláról. 9§
5. **Davenas, E., Beauvais, F., Amara, J., Oberbaum, M., Robinzon, B., Miadonna, A., Tedeschi, A., Pomeranz, B., Fortner, P., Belon, P., Saintelaudy, J., Poitevin, B., Benveniste, J.:** Human basophil de-granulation triggered by very dilute antiserum against IgE. Nature 333(6176): 816-818. 1988.
6. **Luc Montagnier, Jamal Aissa, Stephanie Ferris, Jean-Luc Montagnier, Claude Lavallée:** Electromagnetic signals are produced by aqueous nanostructures derived from bacterial DNA sequences. Interdiscip Sci Comput Life Sci 1:81-90. 2009.

7. **Cowan M.L., Bruner B.D., Huse N., dwyer j.R., Chugh B., Nibbering E.T., Elsaesser T., Miller R.J.:** Ultrafast memory loss and energy redistribution in the hydrogen bond network of liquid H<sub>2</sub>O. *Nature* 434: 199-202.
8. **Mishra N., Muraleedharan C.K., Paranjpe A.S., Munta D.K., Sign H., Nayak C.:** An exploratory study on scientific investigations in Homeopathy using medical analyzer. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 17(8): 705-710. 2011.
9. **Adler UC., Paiva N.M.P., Ceasar A.T., Adler M.S., Molina A., Padula A.E., Calil H.M.:** Homeopathic individualized Q-potencies versus fluoxetine for moderate to severe depression: double-blind, randomized non-inferiority trial. *Evidence Based Complementary and Alternative Medicine*. 1-7. 2011.
10. **Taylor J.A., Jacobs J.:** Homeopathis ear drops as an adjunct to standard therapy in children with acute otitis media. *Homeopathy*. 100(3): 109-115. 2011.
11. The Cochrane Collaboration- Cochrane Database os Systematic Reviews. [www.cochrane.org/reviews](http://www.cochrane.org/reviews)
12. **Benedetti F., Mayberg H.S., Wager T.D., Stohler C.S., Zubieta J.K.:** Neurobiological mechanisms of the placebo effect. *The Journal of Neuroscience*. 25(45):10390-10402. 2005.
13. **Wager T.D., Rilling J.K., Smith E.E., Sokolik A., Casey K.L., Davidson R.J., Kosslyn S.M., Rose R.M., Cohen J.D.:** Placebo-induced changes in fMRI in the anticipation and experience of pain. *Science*. 303: 1162-1167. 2004.
14. **Benedetti F., Amanzio M.:** The placebo response: How words and rituals change the patient's brain. *Patient Education and Counseling* 84: 413-419. 2011.
15. **Petrovic P., Kalso E., Petersson K.M., Ingvar M.:** Placebo and opioid analgesia-Imaging a shared neuronal network. *Science*. 295: 1737-1740. 2002.
16. **Teixeira M.Z., Guedes C.H.F., Barreto P.V., Martins M.A.:** The placebo effect and homeopathy. *Homeopathy*. 99: 119-129. 2010.
17. **Marian F., Joost K., Saini K.D., Ammon K., Thorneysen A., Busato A.:** Patient satisfaction and side effects in primary care: An observational study comparing homeopathy and conventional medicine. *BMC Complementary and Alternative Medicine* 8:52. 2008.
18. **Launso L., Henningsen I., Rieper J., Brender H., Sando F., Hvenegaard A.:** Expectations and effectiveness of medical treatment and classical homeopathic treatment for patients with hypersensitivity illnesses- one year prospective study. *Homeopathy* 96:233-242. 2007.