

Placebo: účinek víry

Každý student medicíny se dozvídá, alespoň mimochodem, že mysl dokáže ovlivnit tělo. Zjistí, že některým lidem se začne dařit lépe, pokud věří (falešně) tomu, že dostávají léky. Když se pacientovi uleví poté, co spolkně pilulku z cukru, říká tomu medicína *placebo efekt*. Můj přítel Rob Williams, zakladatel PSYCH-K, psychologického léčebného systému založeného na energii, říká, že by bylo vhodnější zavést termín percepční efekt. Já tento jev nazývám efekt víry, abych tak zdůraznil, že naše vnímání, ať už jsou správná, či nesprávná, ovlivňují stejným dílem naše chování i naše těla.

Velebím tento efekt víry, který je úžasným svědectvím hojivé schopnosti těla/myšli. Nicméně, placebo efekt, tzv. všechno je v hlavě, je tradiční medicínou připisován v tom horším případě mastičkářům, v tom lepším slabým, lehce ovlivnitelným pacientům. Na lékařských fakultách se placebo efekt vysvětlí rychle, aby se studenti mohli věnovat skutečným nástrojům moderní medicíny, jako jsou léky a chirurgie.

To je však obrovská chyba. Placebo efekt by měl být důležitým tématem probíraným na lékařských fakultách. Jsem přesvědčený o tom, že lékaři by měli být vzděláváni k tomu, aby rozpoznali sílu našich vnitřních zdrojů. Neměli by přehlížet sílu mysli jako něco podřadného ve srovnání s chemickými látkami a skalpelem. Měli by se vzdát svého přesvědčení, že tělo a jeho součást jsou v zásadě hloupé a že k tomu, abychom si uchovali zdraví, potřebujeme nutně intervenci zvenčí.

Placebo efekt by se měl stát předmětem velkého finančně podporovaného výzkumu. Kdyby badatelé přišli na to, jak zacházet s placebo efektem, vložili by lékařům do rukou výkonný nástroj k léčbě onemocnění, založený na energii a prostý nežádoucích účinků. Léčitelé, kteří využívají k terapii energii, říkají, že takové nástroje již mají, ale já jsem vědec a věřím tomu, že čím více se dozvíme o placebo, tím lépe budeme schopni tohoto efektu využívat v klinické praxi.

Jsem přesvědčen o tom, že důvodem, proč byla mysl tak rychle v medicíně zavržena, není jen dogmatické myšlení, ale také finanční kritérium. Pokud dokážete silou mysli vyléčit své neduživé tělo, proč byste chodili k doktorovi a hlavně – proč byste si kupovali léky? Vlastně jsem se docela nedávno našel, když jsem zjistil, že farmaceutické společnosti studují pacienty, kteří reagují na pilulky z cukru s cílem vyloučit je z klinických zkoušek. Výrobce léků

samozřejmě znepokojuje, že se ve většině klinických studií ukazuje, že placebo, „falešné“ léky, jsou stejně efektivní jako jejich vyprojektované chemické koktejly. Ačkoliv farmaceutické firmy trvají na tom, že se nesnaží ulehčit schvalovací proces pro léčiva, která nejsou účinná, je zcela zřejmé, že účinnost placebo je pro farmaceutický průmysl hrozbou. Zpráva, kterou vysílají výrobci léků, mi připadá jasná: pokud nedokážete porazit placebo pilulky v protivém boji, prostě takovou soutěž zrušte!

Skutečnost, že většina lékařů není vychována k tomu, aby brali v úvahu vliv placebo efektu, je paradoxem, protože někteří historikové tvrdí, že dějiny medicíny jsou z větší části dějinami placebo efektu. Doktoři po většinu času neměli efektivní metody boje s onemocněním. K nejznámějším postupům, předepisovaným kdysi hlavním proudem medicíny, patří pouštění žilou, ošetřování ran arzenem a příslovečný všelék – olej z chřestýše. Není pochyb o tom, že někteří pacienti (opatrné odhady hovoří asi o jedné třetině populace, která je zvláště citlivá vůči hojivé síle placebo efektu) se po těchto procedurách skutečně cítili lépe. Dnes, kdy lékaři v bílých pláštích aplikují léčebné procesy přesvědčivě a rozhodně, mohou pacienti věřit, že daný postup působí – a proto se tak i stane, ať už se jedná o skutečný lék nebo pouhou pilulku.

I když se medicína z větší části nezajímá o to, jak placebo funguje, v poslední době se na tuto otázku zaměřuje několik badatelů (Erdmann – 2008, Price et al. – 2008, Niemi – 2009). Výsledky jejich studií naznačují, že to nejsou jen nějaké potřeštěné metody 19. století, které placebo efekt podporují, ale že se to týká i moderních sofistikovaných lékařských postupů a technologií, včetně té „nejkonkrétnější“ části medicíny – chirurgie.

Studie, uskutečněná na Baylor School of Medicine a publikovaná roku 2002 v *New England Journal of Medicine*, se věnovala hodnocení výsledků chirurgického ošetření u pacientů, kteří trpěli úpornými a vysilujícími bolestmi v koleně (Moseley et al., 2002). Hlavní autor studie, doktor Bruce Moseley, „věděl“, že operace kolene jeho pacientům pomohla: „Všichni dobří chirurgové vědí, že v chirurgii placebo efekt neexistuje.“ Moseley se ovšem snažil přijít na to, která část operace přináší jeho pacientům úlevu. Rozdělal pacienty do tří skupin. Jedné skupině pacientů Moseley odřízl poškozenou chrupavku v koleně. U druhé skupiny provedl výplach ko-

lenního kloubu, kterým odstranil materiál, o němž se domníval, že způsobuje zánět. Třetí skupina podstoupila „falešnou“ operaci. Pacient byl v lokální anestezii, Moseley provedl tři standardní řezy a pak mluvil a choval se stejně jako při skutečné operaci – dokonce cákal solným roztokem, aby to vypadalo jako vyplachování kolene. Po 40 minutách Moseley zašil rány, jako kdyby provedl skutečnou operaci. Všechny tři skupiny pacientů dostaly stejnou pooperační péči, jejíž součástí bylo cvičení. Výsledky byly šokující. Ano, skupina, které byla provedena operace, se – podle očekávání – zlepšila. **Ovšem placebo skupina se zlepšila úplně stejně jako obě předchozí skupiny!** Navzdory skutečnosti, že každoročně se provádí 650 000 operací artritidy kolenního kloubu, každá v ceně zhruba 5 000 dolarů, výsledky byly Moseleymu naprosto jasné: „Moje chirurgické umění nepřineslo těmto pacientům žádný užitek. Celý přínos chirurgie při osteoartritidě kolene byl placebo efektem.“ Televizní zprávy barvitě líčily tyto senzační výsledky. Na záběrech jste mohli vidět členy placebo skupiny, jak chodí a hraje basket, zkrátka dělají věci, které před „operací“ nesvedli. Placebo pacienti se dozvěděli o tom, že podstoupili falešnou operaci, až po dvou letech. Jeden z pacientů, Tim Perez, který musel chodit před operací o holi, nyní hraje košíkovou se svými vnoučaty. Vlastně v programu Discovery Health Channel řekl: „**V tomto světě je možné cokoli, když do toho vložíte svou mysl. Vím, že lidská duše dokáže zázraky.**“

Studie ukázaly, že placebo efekt je účinný i při léčení řady jiných onemocnění, včetně astmatu a Parkinsonovy choroby. Při léčení deprese je placebo skutečnou hvězdou. Takovou, že psychiatr Walter Brown z Brown University School of Medicine navrhl, aby se staly placebo pilulky první metodou volby u pacientů s lehkou či středně těžkou depresí (Brown, 1998). Pacientům by se řeklo, že dostávají lék, který neobsahuje žádnou aktivní látku, ale to by nemělo utlumit účinnost těchto pilulek. Studie naznačují, že i když lidé vědí, že nedostávají lék, placebo pilulky stále účinkují.

Bruce H. Lipton, Ph.D. v knize **BIOLOGIE VÍRY**

Jak uvolnit sílu vědomí, hmoty a zázraků. Knihu vydalo nakladatelství ANAG s.r.o., Kollárovo nám. 698/7, 779 00 Olomouc, tel.: 585 757 411, fax: 585 418 867, e-mail: anag@anag.cz, www.anag.cz