

Juhani KnuutiLT, Professori
Turun yliopisto

Mitä haittaa virheellisistä terveysuskomuksista on? Miksi ylipäättään kannattaa käyttää aikaa ja energiaa virheellisten terveysväitteiden oikaisemiseen? Mitä väliä sillä on, jos jotkut käyttävät tehottomia hoitoja, jos niistä on melko harvoin suoraa haittaa?

Miksi virheellisiä terveysuskomuksia kannattaa vastustaa?

Laajalle levinneet virheelliset terveysuskomukset hämärtävät kuvaa terveyden ja terveydenhoidon perusteista. Kun hoidoista on tarjolla ristiriitaista tietoa, on vaikeampi saada selville, mihin tietoon voi luottaa. Voi syntyä myös epäilyä, käytetäänkö terveydenhoitoon ohjatut verorahat järkevästi ja tehokkaasti. Tarpeettomat tutkimukset ja tehottomat hoidot vievät resursseja tuottamatta terveyttä.

Terveydenhuollon poliittiset päättäjät ovat myös virheellisille terveysväitteille alttiita, ja heidän virheellisillä terveysuskomuksillaan voi olla haitallinen vaikutus terveydenhuoltoon. Harhaanjohtavilla terveysväitteillä yritetään houkuttaa tutkimuksiin, tuotteiden käyttöön ja hoitoihin. Tällainen liiketoiminta pyrkii usein erottumaan ”koululääketieteestä” kiistämällä tutkimustulokset ja tuomalla esiin omat tulkinnat sairauksista sekä rahastamaan niihin perustuvilla hoidoilla.

Mikäli rahan haaskausta ei lueta ongelmaksi, virheellisen terveysuskomuksen keskeisin riski on, että oikeasti vaikuttava hoito viivästyy tai jää pahimmassa tapauksessa kokonaan saamatta. Mikäli kyseessä on hyvänlaatuinen sairaus, haitta ei ehkä ole merkittävä. Jos joku käyttää rahansa turhaan ravintolisiin, se vaikuttaa lähinnä vain kyseisen henkilön talouteen, jos tuotteesta ei ole suoranaista haittaa.

Mutta silloin kun hoidettavana on vakavia sairauksia, kuten esimerkiksi syöpä, verisuonisairaudet, vakavat neurologiset sairaudet tai diabetes, vaikuttavan lääketieteellisen hoidon heikentyminen tai saamatta jääminen voi olla merkittävä riski.

Syöpä ja syöpähoidot ovat yksi yleisimpiä virheellisten väitteiden kohteita. Vuonna 2004 Schmidt ja Ernst arvioivat 32 internetsivustoa, joissa annettiin tietoa tai ohjeita syövän vaihtoehtoisesta lääkinnästä (1). Viidellä näistä sivustoista neuvottiin lopettamaan lääketieteeseen perustuvat syövän hoidot, ja yhdellä sivustolla kehoitettiin hylkäämään kokonaan syöpälääkärin antamat hoito-ohjeet. Sivustoilla suositeltiin syövän hoitoon yli sataa erilaista terapiaa, joista useisiin liittyi myös luontaistuotteiden ja ravintolisien käyttöä.

Virheellisten uskomusten epäsuoria haittoja on haastavaa selvittää tutkimuksin. Vuonna 2018 julkaistussa rekisteritutkimuksessa selvitettiin, millä tavalla ei-lääketieteellisiin hoitoihin turvautuminen vaikuttaa syövän kuolleisuuteen (2). Tutkimuksessa tarkasteltiin 280 rinta-, paksusuoli-, keuhko- ja eturauhassyöpäpotilaan kuolleisuutta, kun he olivat ensi vaiheessa hakeutuneet muihin kuin lääketieteellisiin hoitoihin. Tutkimuksessa havaittiin, että muihin hoitoihin turvautuneiden kuolleisuus oli seitsemän vuoden seu-

ranta-aikana huomattavasti suurentunut vertailuryhmään verrattuna. Sataa rintasyöpä- ja keuhkosityöpäpotilasta kohden 20 kuoli tautiinsa turhaan verrattuna niihin, jotka saivat normaalin lääketieteellisen hoidon. Vastaavasti suolistosyöpäpotilaista kuoli 40 sadasta turhaan.

On tietenkin totta, että turvautumisen lääketieteen ulkopuolisiin hoitoihin tarkoittaa harvoin Suomessa sitä, että lääketieteellinen hoito jäisi kokonaan saamatta. Toki sitäkin tapahtuu, mutta yleensä potilaat saavat lääketieteellistä hoitoa ja muita hoitoja rinnakkain. Edellä kuvattu tutkimus kuitenkin antaa esimerkin siitä millaista haittaa virheelliset uskomukset voivat pahim-

millaan aiheuttaa.

Vastaavia havaintoja on tehty myös kolesterolilääkkeiden perusteettoman vastustuksen seurauksista. Kielteisen uutisoinnin seurauksena monessa maassa kolesterolilääkkeiden käytön on havaittu vähentyneen. Tanskassa Nielsen ja Nordestgaard seurasivat 674 900 henkilöä, joita hoidettiin veren kolesterolia alentavalla statiinilla (3). Statiinilääkityksen lopettaneilla riski sydäninfarktiin lisääntyi 26 prosenttia ja sydänperäiseen kuolemaan 18 prosenttia verrattuna niihin, jotka jatkoivat statiinihoitoa. Tämä ero vastasi lähes tuhatta ”ylimääräistä” sydänkuolemaa statiinihoidon keskeyttäneiden 84 800 potilaan ryhmässä.

Virheellisiä terveysuskomuksia ei siis voi pitää vain harmittomina ”hörhöilyinä”. Vaikka suorat haitat ovat usein vähäisiä, riski epäsuoraan haittaan voi olla merkittävä, kun kyseessä on vakava sairaus.

1. Schmidt K, Ernst E. Assessing websites on complementary and alternative medicine for cancer. *Ann Oncol.* 2004 May;15(5):733-42. doi: 10.1093/annonc/mdh174.
2. SB, Park HS, Gross CP, Yu JB. Use of Alternative Medicine for Cancer and Its Impact on Survival. *J Natl Cancer Inst.* 2018 Jan 1;110(1). doi: 10.1093/jnci/djx145.
3. Nielsen SF, Nordestgaard BG. Negative statin-related news stories decrease statin persistence and increase myocardial infarction and cardiovascular mortality: a nationwide prospective cohort study. *Eur Heart J.* 2016 Mar 14;37(11):908-916. doi: 10.1093/eurheartj/ehv641. Epub 2015 Dec 1.



 plusterveys
LÄÄKÄRIT

MIETITKÖ TYÖSKENTELYÄ YKSITYISSEKTORILLA?

PlusTerveydessä voit nauttia työntekijän eduista ja ammatinharjoittajan vapaudesta.

100 % suomalainen PlusTerveys Lääkärit Oy tarjoaa joustavan työsuhdemallin yksityissektorilla työskentelevälle lääkärille. PlusTerveys Lääkärit Oy tuottaa yksityisiä lääkäri-, fysioterapia- ja psykoteriapalveluita. Meillä valitset itse missä lääkärikeskuksessa tai toimipisteessä haluat ottaa vastaan potilaita. Löydät myös avoimia työpaikkoja psykoterapia- ja psykiatrikeskuksistamme. Hoidamme hallinnolliset asiat puolestasi.

Ota yhteyttä ja kysy lisää

llrekry@plusterveys.fi

puh. 040 131 3827

plusterveys.fi/tietoa-meista

