

Luontaisterveys-lehdessä ilmestyy artikkelisarja homeopatiasta. Kirjoittajina ovat diplomihomeopaatti **Minna Keitu** ja erikoishammaslääkäri, diplomihomeopaatti **Marja-Terttu Pakkanen**. He toimivat SHA-Koulutuksen opettajina Suomen Homeopatian Akatemiassa.

* HOMEOPATIA OSAT 6 & 7

Homeopatialla voidaan hoitaa itsehoitona monia kesän aikana tulevia akuutteja vaivoja, kuten hyönteisten pistoista ja puremista aiheutuneita vaivoja, heinänuhan ja allergiankaltaisia oireita sekä vatsavaivoja ja auringosta aiheutuneita vaivoja.

Homeopatia helpottaa kesän pikku haavereissa

Homeopatia huomioi jokaisen henkilön yksilöllisenä kokonaisuutena ja hänellä olevan sairaustilan yksilöllisenä oireiden kokonaisuutena. Homeopatiassa ei käytetä diagnosoimista tai perinteisiä sairauskäsittelyitä lääkeaineen valinnassa, vaan sairastavan yksilöllisten oireiden kautta valitaan mahdollisimman tarkasti hänen oireisiinsa sopiva homeopaattinen valmiste.

Homeopaattinen ainevalinta

Homeopaattista ainetta ei kuitenkaan valita kuten perinteisiä lääkkeitä vaivan nimen mukaan tai diagnoosin mukaan, vaan potilaalla esiintyvän oirekuvan mukaan. Voimme saada saman kesäflunssan kuin naapuri, mutta oireemme ovat erilaiset kuin hänellä. Sen vuoksi hoitava lääkeainekin on eri.

Jokaisen henkilön keho reagoi yksilöllisesti. Yhdellä vedosta alkanut kesäflunssa voi parantua Hepar sulfurilla, toisella Pulsatillalla ja kolmannella Gelsemiumilla. Jos taas kesänuha ilmenee samanaikaisesti ripulin kanssa, lääkeaineena voi olla Dulcamara.

Laaja, yksilöllinen käyttöalue

Homeopaattiset valmisteet eivät ole vain yhteen tiettyyn sairauteen tai vaivaan, vaan niiden käyttöalue on usein hyvinkin laaja ja yksilöllinen.

Oireet ja miten ne ilmenevät, määrittelevät lääkeaineen käytön.

Esimerkiksi Aconitum napellusta käytetään kaikissa vaivoissa, jotka ovat tulleet yhtäkkiä. Se sopii useimpien akuuttien vaivojen alkuaikojen hoitoon tai ennaltaehkäisevästi.

Kun Aconitum-vaihe on mennyt ohi, valitaan toinen lääkeaine. Aconitum on myös nopeasti nousseen kuumeen hoidossa tehokas lääkeaine, kun potilas on kuuma ja kuiva. Alkava kipu korvassa voi hellittää Aconitumilla silloin, kun ulkorova on punainen, kuuma, kivulias ja turvonnut. Myös hyvin kuumalla ilmalla alkavat vaivat, kuten kesäripuli, jossa potilas on kuuma ja kuiva, voivat helpottua tällä lääkkeellä.

Aconitumin oirekuvan mukaan myös erilaiset pelot ja pelätykset, voimakas ahdistus rintakipujen kanssa, hermostuneisuus, paniikkikohtaukset ja painajaiset voivat helpottua sillä.

Aconitumia voi myös antaa kukkaselle tai kasville, joka on kuivunut auringossa. Liuota rae Aconitumia veteen. Kastele kasvi vedellä auringonlaskun jälkeen. Aamuun mennessä se on virkistynyt.

Aconitumin kuvauksesta voi nähdä eron perinteisen lääkevalmisteen ja homeopaattisen lääkeaineen käyttötarkoituksen välillä. Homeopaattinen lääkeaine valitaan potilaalla esiintyvien samanaikaisten oireiden perusteella. Siinä, missä tavallisen lääkevalmisteen vaikutus on tiettyyn diagnosoituun sairaudentilaan, homeopaattisen lääkeaineen vaikutus on usein monialainen ja kehon oman immuniteettijärjestelmän kautta tasapainottava.

Määrittelevänä tekijänä ovat potilaan omat oireet, joita hän kokee ja tuntee tai jotka ovat selkeästi nähtävissä. Samalla homeopaattisella lääkeaineella voidaan hoitaa yhdellä päänsärkyä, toisella vatsakipua ja kolmannella pelkotiloja. Tämä on yksi syy, miksi homeopaattisten lääkeaineiden tutkimukseen eivät sovellu kovinkaan hyvin

perinteiset tutkimusmallit, kuten kaksois-sokkokokeet, jotka on kehitetty lääkkeiden vaikutusten tutkimiseen.

Kaksois-sokkotutkimuksilla saadaan kyllä tuloksia homeopaattisten lääkeaineiden vaikutuksesta, mutta ne eivät homeopatian hoitomenetelmän näkökulmasta ole kovinkaan tarkkoja tai edes käyttökelpoisia, kun valitaan homeopaattista lääkeainetta.

Hyönteisten pistot ja puremat

Hyönteisten pistoista ja puremista voi saada allergisen reaktion kaltaisia vaivoja, ihottumaa, kutinaa, punoitusta ja turvotusta. Pisto- ja puremakohdat voivat tulehtua etenkin, jos niitä raavitaan. Raapimista tulisi kuitenkin välttää, sillä hyönteisen myrkyaine pääsee silloin leviämään laajemmalle.

Hyttysten tai muiden lentävien hyönteisten pistojen aiheuttamiin oireisiin, kutinaan ja punoitukseen voi käyttää Apis mellificaa. Silloin, kun Apis auttaa, oireina ovat polttava, pistävä terävä kipu, voimakas kutina ja turvotus pistoalueen ympärillä.

Apiksella voi hoitaa muitakin oireita, kun niissä on pistävä terävä kipu sekä voimakas turvotus.

Apiksella hoidetaan usein myös allergisia reaktioita kasvoilla, silmissä, kurkussa, iholla, kun niissä on turvotusta, punoitusta ja kuumotusta. Apiksen oireet helpottavat viileässä ilmassa ja kun vaivaan laittaa kylmän kääreen.

Kuuma tai lämmin kaikissa muodoissa pahentaa vaivoja. Jos potilas ei kuitenkaan saa riittävästi apua homeopatiasta ja tilanne vaikuttaa vakavalta allergiselta reaktiolta, on syytä hakeutua ensiapuun. →

Heinänuha on krooninen vaiva, jota tulee hoitaa homeopaatin vastaanotolla, ei homeopaattisilla aineilla itsehoitona. Ensimmäinen hoitojakso on hyvä olla hyvissä ajoin ennen siitepölykautta.

Valuvaa nuhaa, aivastelua

Heinänuhan ja muun allergisen nuhan akuutteja oireita, kuten vetisiä valuvia silmiä tai nenää, aivastuksia ja silmäluomien turvotusta, voidaan hoitaa seuraavilla homeopaattisilla lääkeaineilla:

* ALLIUM CEPA

Silmissä polttelevaa ja kirvelevää kyynelvuotoa tai runsaasti lempeää kyynelvuotoa, juokseva nuha, nuhaeritteen tiputtelua, aivastelua, runsasta nuhaa ja niiskutusta, nenäerite voi rikkoa nenän ja ylähuulen limakalvon, kutinaa kurkussa, äänenkähelyä. Nuhaoireet voivat alkaa kostean kylmällä säällä.

* EUPHRASIA

Kyynelvuoto on hapanta ja nuha on lempeä (Allium cepa toimii päinvastaisissa). Silmäoireina on hyvin vetiset ja vuotavat silmät, joita on pyyhittävä tai hierottava koko ajan myös kutinan takia. Silmät valuvat koko ajan. Silmäluomet voivat olla turvonneet. Usein silmissä on roskan tunne, kuin niissä olisi hiekkaa. Nenässä ja kurkussa on runsaasti vetistä eritettä. Tuuli ja kylmä ilma pahentavat oireita ja aiheuttavat kyynelvuotoa, kun taas raittiissa ilmassa oireet paranevat.

* SABADILLA

Silmäluomet ja luomenreunat ovat punaiset ja polttelevat, kyynelvuotoa, silmissä paineen tunne, juokseva, runsas nuha ja aivastuskohtauksia. Kukkasten tuoksu pahentaa juoksevaa nuhaa. Muutenkin yliherkkä tuoksuille. Kutinaa ja pistelyä sieraimissa, kurkussa paljon sitkeää limaa.

* ARNICA MONTANA

Arnicaa voi hoitaa ruhjeet ja mustelmat, lievät nyrjähdykset, rasituksesta aiheutuneet kivut ja säröt, kaatumisen tai kompastumisen jälkeen tulleet turvotukset ja kipuilut.

Arnica on tutkituin lääkeaine homeopaattisista lääkeaineista. Sen on havaittu olevan yhtä tehokas kivunlievittäjä kuin yleiset kipulääkkeet.

Hanki tietoa ennen käyttöä

Homeopaattisten valmisteiden käyttö vaatii tietoa lääkeaineista ja annostelusta. Itsehoitokursseja järjestetään monilla paikkakunnilla. Voit myös kysyä, jos oma homeopaattisi järjestäisi kurssin vaikkapa pienelle ryhmälle. Itsehoidosta on saatavilla useita kirjoja.

Voit myös pyytää homeopaattiasi opastamaan sinua käyttämään sopivia lääkeaineita itsehoidossa. *

Teksti:

Marja-Terttu Pakkanen ja Minna Keitu



On aika auringon

* Homeopatiasta löytyy useita lääkeaineita, jotka helpottavat oloa, jos on ollut liian kauan auringossa ja saanut auringon polttamaa iholle tai auringonpistoksen. **Belladonna** auttaa, jos saa jyskyttävän päänsäryn liiasta auringosta. Kasvot ovat tuolloin hehkuvan punaiset ja kui-

vat, silmissä pupillit laajentuneet. Kylmä kääre otsalla helpottaa oireita. **Bryonia** voi pelastaa päivän, jos päänsärky alkaa esimerkiksi pihapelian jälkeen tai vasta seuraavana päivänä. Särky tuntuu eniten otsalla. **Aconitumia** ja **Arnica** helpottavat myös auringon aiheuttamissa ongelmassa.

Joko olet tutustunut kirjaani?



Marja-Terttu Pakkanen
Voimaa luonnosta, RAKKAUDESTA HOMEOPATIAAN

Kirja on mielenkiintoinen kokonaisuus yhdistävästä lääketieteestä. Kirjassa kerrotaan kuinka hoitotyössä voi helposti yhdistää kahta toisiaan tukevaa hoitomuotoa. **Hammaslääketiede ja homeopatia kulkevat "käsi kädessä"**. Lisäksi kerrotaan, miten paljon hampaiston terveydellä on vaikutusta yleisterveeyteen.

Kirja saatavilla kirjakaupoista ja kaikista nettikirjakaupoista esim.: www.bod.fi/kirjakauppa
Lisäksi: www.arshomeopatica.fi ja marjaterттupakkanen@gmail.com
Saatavana myös e-kirjana [bod.fi](http://www.bod.fi): stä



Homeopatiassa yhdistyy kokemukseen ja kliiniseen tutkimukseen pohjautuva näyttö

Tutkimuksen uusia tuulia

Integratiivinen lääketiede yhdistää lääketieteellistä hoitoa täydentäviin hoitoihin eli CAM-hoitoihin kokemukselliseen näyttöön perustuen. Homeopatia on yksi näistä täydentävistä hoitomuodoista, joista on paitsi kokemuksellista näyttöä, niin myös kliiniseen tutkimukseen pohjautuvaa näyttöä.

Helsingin, Tampereen ja Turun yliopistot sekä Yhdistävä Lääketiede ry järjestivät tammikuussa 2020 Helsingissä CAM-hoidoista avoimen seminaarin, jossa CAM-hoitajien haasteita ja mahdollisuuksia tuotiin esiin useiden puhujien toimesta.

Terveys, tieto ja asiantuntijuus –hanke tarkastelee vaihtoehtohoitoihin kiinnittyvää koululääketieteen kritiikkiä kansalaisten ja terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa.

Tarkastelun kohteena ovat kritiikin taustalla olevat käsitykset sairaudesta, terveydestä, tiedosta ja asiantuntijuudesta sekä näiden käsitysten historiallinen jatkumo 1900-luvun alusta nykypäivään. Hankkeessa selvitetään sosiaalisia ja kulttuurisia syitä täydentävien ja vaihtoehtoisten hoitojen käyttöön nyky-yhteiskunnassa, jota leimaavat muuttuvat terveys- ja sairauskäsitykset, koululääketieteen auktoriteetin kyseenalaistaminen, terveyden yksilöllistyminen ja kaupallistuminen sekä valinnanvapauden korostuminen.

Hanke toteutetaan vuosina 2018–2020 Turun ja Tampereen yliopistoissa. Sitä rahoittaa Emil Aaltosen säätiö.

Nurinkuriset näkökulmat

Yhdistävä Lääketiede ry edistää lääketiedettä ja terveydenhuoltoa, joissa ihmisen hoidossa ja terveyden edistämisessä sovelletaan monimuotoisia lähestymistapoja. Täydentävien ja vaihtoehtoisten hoitojen ja vakiintuneen terveydenhuollon yhteistyötä kannustetaan aina, kun se on asiakkaille todennetusti hyödyksi. Yhdistyksen jäsenet ovat lääkäreitä, sairaanhoitajia ja muita

terveydenhuollon ammattihenkilöitä sekä tutkijoita.

Onkin mielenkiintoista, miksi täydentäviä hoitomuotoja ei tutkita enempää Suomessa huolimatta siitä, että täydentävien hoitojen suosio pysyy käyttäjien keskuudessa korkeana vuodesta toiseen. Yhdysvalloissa kiinnostuttiin vuosituhanen vaihduttua täydentävän lääketieteen tutkimuksesta ja NIH (National Institute for Health) rahoittaa laajemmin alan tutkimusta. Käyttäjämäärät ovat molemmissa maissa noin 30% aikuisväestöstä (Kemper 2016, Wahlsröm 2008).

Meillä katsotaan asioita jotenkin nurinkurisesti, vaikka mediassa pyritään tuomaan esiin, kuinka edistyksestä kaikki hoito meillä Suomessa on. Siinä missä Yhdysvalloissa nuoret lääkärit ovat kiinnostuneita täydentävistä hoidoista ja halutaan tietää, miten edistää esimerkiksi kroonisista vaikeista kärsivien potilaiden hyvinvointia, Suomessa kielletään kaikkien muiden kuin lääketieteellisten tai lääkkeellisten menetelmien olemassaolo.

Yhdysvalloissa NIH muutti CAM-yksikön nimeksi NCCIH = National Center for Complementary and Integrative Health (<https://nccih.nih.gov>) kansalaisten oma-aloitteisen käytön johdosta. Eri puolilla maailmaa akateemiset tutkimuslaitokset ovat alkaneet tutkia ja kouluttaa täydentäviä hoitoja, jotta niitä saataisiin integroitua WHO:n antamien suositusten mukaisesti terveydenhoitojärjestelmiin (WHO 2013).

Tohtori Claire Relton (PhD) Sheffieldin yliopistosta Iso-Britanniasta on paitsi erilaisten tutkimusmenetelmien tutkija,

myös homeopaatti. Hän teki väitöskirjansa pragmaattisen kaksoissokkotutkimuksen uudelleen suunnitelmasta, joka käsittelee homeopaattisen hoidon tutkimusta menopaussin kuumissa aalloissa.

Relton on erikoistunut tutkimaan julkisen terveydenhuollon palveluja. Sheffieldin yliopisto tutkii erityisesti ensiapulääketieteen, kuntoutuksen, apuvälineteknologian, psykologien terapioiden ja kroonisten sairauksien interventioiden vaikutusta pitkä- ja lyhytaikaisesti kansantalouteen.

Mitä tästä tutkimuksesta sitten on hyötyä? Oikein tehtynä sillä voidaan arvioida tietyn hoitomuodon todellista tehokkuutta ja kustannuksia. Pragmaattinen tietoteoria painottaa käytännöllisiä seurauksia. Se keskittyy tutkimaan, miten ihminen toimii omassa ympäristössään sekä sen toiminnan vaikutuksia. Jos esimerkiksi käyttäisimme hoitoon lääkkeitä, jotka ovat paitsi kalliita, mutta eivät parantaisi potilaan vaivoja. Ja koska meillä olisi muitakin vaihtoehtoja, jotka paitsi kohentaisivat potilaan oloa, myös pystyisivät parantamaan tämän, olisi se pragmaattisesti ajateltuna älytöntä toimintaa.

Pragmaattisen tutkimuksen tarkoituksena on antaa päättäjille tiedoksi totuudellisempia tutkimuksia ja keinoja päättää käytettävistä hoitomenetelmistä ja auttaa arvioimaan todellisia kustannuksia ja vaikutuksia.

Tohtori Relton onkin kritisoinut perinteisten kaksoissokkotutkimusten sokeita pisteitä. Yksi sellainen on riittävän samankaltaisen tutkimusryhmän kokoaminen, jolloin tuloksen arviointi olisi täsmällisempää.

Monesti osallistujille aiheuttaa ongelmia myös tutkimusetiikka sekä kontrolliryhmän käytetty placebo, jolloin mahdollisuutena on, että henkilö ei saakaan hyötyä tutkimukseen käytetystä lääkkeestä.

Se, miten lääke toimii koehenkilöillä, ei välttämättä vastaa todellisuutta koko väestöllä. Samoin vertailevat tutkimukset eri hoitomuotojen välillä voivat olla hyvin pitkälti aikaväliltä, joka ei anna oikeaa kuvaa hoitomuotojen todellisesta tehokkuudesta →

Suomen Homeopatian Akatemia

SHA-Koulutus

Kokonaisvaltainen tapa hoitaa terveyttäsi ja hyvinvointiasi!

Homeopatian perusteet

- Koulutus on tarkoitettu kaikille homeopatiasta kiinnostuneille eikä vaadi pohjakoulutusta.
- Kurssi koostuu yhdeksästä viikonloppukurssista ja antaa hyvät perustiedot akuuttien vaivojen itsehoitoon.
- Kurssi soveltuu myös homeopatianeuvojille pohjakoulutukseksi.

Homeopatian ammatillinen koulutus

on sinulle joka haluat työskennellä homeopaattina tai haluat perusteellisemmat tiedot homeopatiasta.

- Syventävät opinnot kestävät kolme vuotta ja saat hyvän perustan homeopatian metodille.



Turun SHA-koulun opettajat: erikoishammaslääkäri ja homeopaatti Marja-Terttu Pakkanen (vas.) ja homeopaatti Minna Keitu

Perusopinnot alkavat Tampereella ja Turussa syyskuussa 2020.

Kotihomeopatia lyhytkursseja

Lisätietoa voi lukea SHA-Koulutuksen nettisivuilta www.shakoulutus.fi

(BMJ 2010 340(7753):963-967, BMJ Open, 6, 4, e010158, 2016. Lancet, Volume 382, page S103, 29 November 2013, Trials 2017, 18, 299., DOI 10.1186/s13063-017-2040-2).

Täydentävien hoitomuotojen lisääntyneen tutkimus tuo arvokasta lisäarvoa myös perinteiselle tutkimukselle, joka on pitkälti jämähtänyt plasebokontrolloituihin kaksois-sokkotutkimuksiin. Täydentävät hoitomuodot hoitavat ihmistä kokonaisvaltaisesti.

Sitä vastoin perinteisessä lääkkeellisessä hoidossa ihminen halutaan nähdä vain paikallisia kliinisiä oireita omaavana, kuten esimerkiksi reumaattinen oikean käden artriitti tai muu diagnosoitu sairaus, kuten edenneessä vaiheessa oleva rintasyöpä.

Kun lähtökohdat ovat täysin vastakkaiset, on melko mahdollista löytää yhtenäistä tutkimusmenetelmää, joka soveltuisi hyvin molemmille näkemyksille. Homeopatian lisääntyneen tutkimus on tuonut lääketieteeseen tutkijoille muun muassa uusia näkökulmia oireiden kartoitukseen ja sairaan yksilöllisten oireiden ymmärtämiseen.

Jokainen hoitava lääkäri tosin tietää, että kullakin potilaalla on omat yksilölliset oireensa. Homeopaattinen osaaminen lisääkin lääkärin kykyä kartoittaa potilaan yksilöllisiä oireita oppien samalla havainnoimaan potilasta tarkemmin.

Homeopatian tutkimusryhmissä työskentelevät tutkijat kertovat joutuneensa kehittämään uusia tutkimusmenetelmiä pystyäkseen todentamaan elimistössä tapahtuvia toiminnallisia muutoksia, joka taas vie kaikkea tutkimusta eteenpäin.

Vaikka muutos onkin haasteellista, se tulisi voida ottaa mahdollisuutena, joka voi luoda tulevaisuudessa vielä jotain parempaa.

Valeutisia vai aitoja tutkimustuloksia

Mediassa on uutisoitu paljon valeutisista. Nykyisin onkin runsaasti väittämiä, joita perustellaan tutkimuksella.

Ruotsalainen Robert G. Hahn anestesian ja ensiapulääketieteen professori ja tutkija Södertäljen sairaalasta on itsenäinen tutkija, joka ei ole koskaan työskennellyt homeopatian parissa. Alkususäyksen hänelle aiheutti Klaus Linde et al 1997 tekemä tutkimus, jossa 89 kliinisen kokeen mukaan homeopatian odds ratio eli tilastollinen luku oli 2.45, ja se osoitti merkittävää tilastollista näyttöä homeopatian hyväksi.

Sitten Hahn kiinnostui homeopatian saamista negatiivisesta julkisuudesta ja päätti tutkia, mistä se on peräisin. Esitelmä, jonka hän piti HRI kongressissa Lontoossa 2019, on nyt katseltavana videona sivuilla www.hri-research.org.

Hahn ihmettelikin aluksi, miksi ihmiset esittävät väittämiä, jotka eivät ole totta? Eivätkö he osaa lukea? Vähitellen hänelle hahmoittui tarkempi käsitys siitä, miksi homeopatiasta esitetään niin paljon negatiivista, vaikka on niin paljon positiivista tutkimustulosta.

Taustalta paljastui marginaaliryhmä skeptikoita, joita Ruotsissa on noin 3000 henkilöä.

”He voivat olla opettajia, matemaatikkoja, tietoteknikoita, keitä tahansa tavallisia ihmisiä. Heitä yhdistää kuitenkin se, että he voivat ylittää helposti rajoja, joita kukaan koulutettu tutkija ei ylittäisi. He ovat usein tieteenrajalta, mutta eivät todellisia tiedeihmisiä. He eivät tee työtä kyseisellä alalla, eivät tutki kyseistä alaa, eivätkä todella tunne asiaa, josta esittävät tietävänsä. Mutta heillä on paljon mielipiteitä asiasta. Heillä on hyvät yhteydet mediaan. Media uskoo heitä, koska he esittävät olevansa tieteen edustajia. Media uskoo, että nämä ihmiset tekevät todella kaikkensa aidosti tieteen nimissä. He todella uskovat niin. Mutta itse en usko, että heillä on mitään tekemistä tieteen kanssa”, sanoo Robert Hahn esitelmässään.

Hänen mukaansa useiden meta-analyysien julkisuuteen tulleet päätelmät osoittavat tulosten manipuloinnista ja huonosta ammattitaidosta tutkimuksen teossa. Hänen mukaansa, jotta homeopatialla ei olisi kliinistä vaikutusta, pitää tutkimuksen tekijän poistaa yli 90% saatavilla olevasta kliinisestä tutkimuksesta. Valeutisissa pitää olla tarkkana puolin ja toisin.

Syöpähoitojen täydentävänä hoitona

Homeopatian kliininen tutkimus keskittyy tällä hetkellä enemmän niihin osa-alueisiin, joissa lääketieteellä on tutkimuksen mukaan heikko vaikutusalue. Tällaisia ovat esimerkiksi harvinaiset sairaudet, autoimmuunisairaudet, krooniset sairaudet ja onkologia eli syöpäsairaudet.

Täydentävät hoitomuodot paranemisen edistäjinä ja kivun lievittäjinä ovat hyvin käytettyjä erityisesti syöpähoitojen yhteydessä.

Yhdysvalloissa noin puolet syöpäsairaista raportoi käyttävänsä vähintään yhtä täydentävää hoitomuotoa. Saksassa vuonna 2004 tehdyssä tutkimuksessa lasten onkologisen hoidon täydentävänä hoitona käytettiin eniten homeopatiata, muun muassa vähentämään syöpähoitojen pahoinvointia ja yleiseen terveydentilan parantamiseen.

Kliiniset tutkimukset ovat osoittaneet, että homeopatia voi vähentää kemoterapian ja sädehoitojen myrkyävaikutuksia ja samalla parantaa potilaan yleistä hyvinvointia ja oireita, joita voivat olla esimerkiksi syöpäperäinen väsymys, hormonihoidoista johtuvat kuumat aallot rintasyöpäpotilailla sekä sädehoitoperäiset ihotaudit.

Vuonna 2009 tehdyssä Cochrane-katsauksessa oli 8 kliinistä tutkimusta, jotka osoittivat sädehoitoperäisen ihottuman ja kemoterapiasta johtuvan suutulehduksen/polttelun oireitten helpottumista homeopatian avulla.

Katsauksen tekijät tulivat siihen johtopäätökseen, että homeopatia on paitsi turvallinen, niin sillä ei ole haittavaikutuksia suoria tai epäsuoria (haitallisia yhteisvaikutuksia) perinteisen syöpähoiton kanssa.

Vuonna 2017 tehtiin tutkimus Homeopaat-tisen hoidon mahdollisuuksista oireiden vähentämisessä integroidussa syövän hoidossa Tal-keskuksessa Integriatiivisen syöpähoiton Instituutissa Israelissa. Kyseinen Sheban Syöpä-

hoitokeskus tarjoaa lääkkeellisiä syöpähoitoja ja sädehoitoa sekä verisairauksien keskuksessa verisyöpiin erikoistunutta hoitoa.

Intergratiivisella puolella potilas voi valita erilaisia hoitomuotoja joko varsinaisella hoitajaksolla, hoitajaksien jälkeen tai niiden välisinä aikoina sekä saattohoidossa. Keskuksessa on käytössä muun muassa seuraavat hoitomuodot: akupunktio, refleksologia, shiatsu, homeopatia, makrobiottinen ravintoterapia, jooga, meditaatio ja Chi Kong.

Tutkimukseen valittiin tutkimuksen aikana hoidossa olevista potilaista 124 (34 miestä, 90 naista). Heistä 82:lla oli käytössä homeopaattiset lääkkeet. Homeopaattisten käyttäjistä kolme neljästä raportoi saaneensa hyödyllisiä vaikutuksia (Samuels, Freed et al DOI: 10.1177/1534735417736133).

Dengue-kuumeen hoidosta hyviä tuloksia

New Delhissä Intiassa puhjenneen rajun dengue-epidemian aikana syystalvella 2015 tutkittiin 138 potilaalla homeopaattisen hoidon vaikutusta verihutaleiden määrään verrattuna 145 perinteistä hoitoa teho-osastolla saaneeseen potilaaseen.

Tutkimus osoitti, että homeopaattinen hoito kohotti verihutaleiden määrää huomattavasti 1-4 vuorokauden aikana. Tulokset osoittavat, että homeopaattisesti voi olla mahdollista hoitaa denguen aiheuttamaa trombocytopeniaa.

Dengue on hyttysen levittämä virus tauti. Perättäiset tartunnat voivat johtaa usein vaaralliseen Dengue-verenvuotokuumeeseen. Siihen kuolee vuosittain noin 20 000 ihmistä. Dengue-verenvuotokuumeen aiheuttamaan trombocytopeniaan eli verihutaleiden liian vähäiseen määrään ei ole varsinaista hoitoa. Usein verensierrot ovat potilaan viimeinen hoitokeino (doi: 10.1055/s-0038-1676953).

Estämään amputaatiota kuoliossa

Kuolio on osassa kehoa tapahtuva kudospuuro, jossa solujen verenkierto estyy ja solut kuolevat. Kuolio tapahtuu usein diabeteksen, palovamman, paleltuman, verenkierron tukoksen, tulehduksen, valtimonkovettumataudin tai myrkytyksen seurauksena.

Kuolioon mennyt osa joudutaan poistamaan eli amputoimaan, sillä siihen ei tunneta tehokasta hoitoa. Maailmanlaajuisesti tehdään noin miljoona amputaatiota vuodessa. Indian Journal of Research in Homeopathy esitteli 2015 tehdyssä tapausraportissa viisi tapausta, joissa käytettiin yksilöllistä, homeopaattista hoitoa. Potilaat olivat 45-70 vuotiaita. Kaikilla paitsi yhdellä oli pitkään jatkunut diabetes ja käytössä insuliini. Potilaista nuorimmalla ei ollut diabetestä, mutta hän oli raskaan sarjan tupakoitsija. Osalle oli jo varattu aika amputaatioon.

Lehden artikkelista voi käydä katsomassa mielenkiintoiset tapauskuvaukset, jotka kertovat enemmän kuin sanat (DOI: 10.4103/0974-7168.159544). *

Teksti: Marja-Terttu Pakkanen ja Minna Keitu

* OLEN TÄTÄ MIELTÄ

Mitä mieltä sinä olet CAM-hoidoista? Kirjoita Luontaisterveys-lehteen. Lähetä teksti: reetta.ahola@karprint.fi

Homeopatia on suosittu hoitomuoto maailmalla

Homeopatia on maailman toiseksi käytetyin hoitomuoto. EU-maissa homeopatia on direktiivillä suojattua lääkehoitoa, jota valvoo EU-maiden lääkelaitokset, Suomessa Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimea. Homeopaattisia lääkkeitä valmistavat apteekkeissa. Euroopassa ja maailmalla homeopatia kuuluu CAM-hoitoihin (CAM=Complementary and alternative medicine, täydentävä ja vaihtoehtoinen lääketiede).

Monessa Euroopan maassa vakuutukset tai julkinen kansanterveydenhuolto korvaavat homeopaattisia hoitoja. Belgiassa ja Latviassa homeopaattiset hoidot katetaan osittain lakisääteisellä sairausvakuutuksella. Itävallassa, Belgiassa, Bulgariassa, Saksassa, Unkarissa, Italiassa, Alankomaissa, Sveitsissä ja Yhdistyneessä Kuningaskunnassa homeopaattisia hoitoja korvataan yksityisten vakuutusyhtiöiden kautta. Yhdistyneen Kuningaskunnan alueilla lääkäreiden antama homeopaattinen hoito kuuluu kansanterveysjärjestelmän piiriin.

Sairaimmassa länsimaassa eli Suomessa ei homeopaattiset hoidot eivät ole KELA-korvauksen piirissä. Suomessa hydynnetään muutoinkin vähiten maailmassa luontaishoitoja, vaikka puhtaasta luonnosta kuulussa maassamme olisi loistavat mahdollisuudet tarjota luontaisia hoitomuotoja myös kansainvälisille luontaiskylpyläasiakkaille.

Virossakin ollaan näissä asioissa paljon pidemmällä. Keski-Euroopasta puhumattakaan, jossa pelkästään yli 50 000 lääkärää käyttää homeopatiata vastaanottoaan ja käyttäjiä homeopatialla on noin sata miljoonaa.

Vuonna 2013 tehdyn tutkimuksen mukaan homeopatiata käyttää tai on käyttänyt Euroopassa joka kolmas ja maittäin väestöistä:

- Belgiassa 69 %
- Saksassa 60 %
- Ranskassa 56 %
- Itävallassa 50 %
- Italiassa 35 %
- Espanjassa 33 %.

Sairaudet eivät ole huonoa tuuria tai perityjä. Sairaus on tila ja kipu ”hälytyskello”, jota on syytä kunnioittaa. Lääkitsemien on yksi hoitotapa poistaa kipua.

Homeopatia on EU-direktiivin mukaan lääkehoitoa, mutta ei lääkitsemistä, vaan

homeopaattinen hoito perustuu kehon aktivoimiseen, kuten akupunktiokin.

Ruokavaliolla ja elämäntavoilla voidaan ennaltaehkäistä sairauksia. Nämä ja homeopaattiset hoidot soveltuvat usein hyvin yhteen. Tärkeintä ja haastavinta homeopatiassa on löytää yksilölle oikea lääke. Ruokavaliolla pidetään osata välttää itselle vääriä tuotteita.

Homeopatialla on omat hyötyalueet, kuten lääketieteelläänkin. Homeopatia ei ole vaihtoehto lääketieteelle, eikä lääketiede poista homeopatian hyötyjä. Homeopatia ei aiheuta ristiriitaa muiden lääkitysten kanssa tai estä lääkärissä käyntiä.

Maailmalla yhteistyö toimiikin paremmin. Homeopatialla hoidetaan perinteisesti arkipäivän tulehduksia, tulehduskierteitä, väsymystiloja, päänsärkyjä, selkäkipuja, nivelkipuja, reumasairauksia, hormonivaivoja ja lapsettomuutta. *

Teksti: Jouni Jämsä
CAM-terapeutti, Lahti
puh. 040- 5112878
jamsa@elisanet.fi

LUE LISÄÄ:

* Homeopatian käyttö sairaiden hoidossa säästäisi tutkimuksen mukaan huomattavasti terveysmenoissa: <http://www.efpam.eu/D18-2015-Profile-of-an-industry.pdf>.

* Arvostetulta Pubmed tiedesivustolta löytyy monia puoltavia tutkimustuloksia homeopatiasta, myös vakavien sairauksien hoidossa. Olen konnut niitä suureksi sivuilleni: <http://www.jounijamsa.fi/tieteellisia-tutkimuksia-homeopatiasta/>

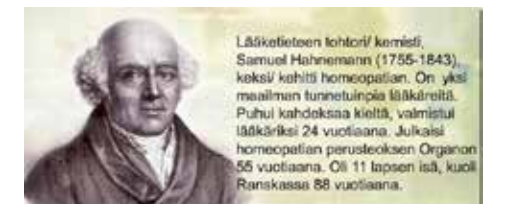
* Homeopatialla on Englannissa oma tutkimuskeskus <https://www.hri-research.org/>

Homeopatian kehittäjä lääkäri ja kemisti Samuel Hahnemann huomasi kokeissaan yli 200 vuotta sitten:

Similia cum similibus.

Samanlainen parantaa samanlaisen.

Hän pystyi parantamaan sairauksia voimakkaasti laimennetulla taudin aiheuttajalla.



Lääketieteen isä, lääkäri, Samuel Hahnemann (1755-1843), keksi homeopatian. Hän oli maailman tunnetuin lääkäri. Puhui kahdeksaa kieltä, valmisti lääkkeitä 24 vuotiaana. Julkaisi homeopatian perusteoksen Organon 55 vuotiaana. Oli 11 lapsen isä, kuoli Ranskassa 88 vuotiaana.