

Bekocht of behandeld? De feiten over alternatieve geneeswijzen

Simon Singh en Edzard Ernst



Door: Erik Briers

Boeken over alternatieve geneeswijzen zijn als alternatieve geneeswijzen, je bent voor of je bent tegen. Toch is het belangrijk dat voor- en tegenstanders deze informatie tot nemen.

De overtuigden van alternatieve geneeswijzen zullen hier allicht de zoveelste aanval op een van hun keuzes in zien en de tegenstanders vinden hier munitie om deze geneeswijzen te bestrijden.

Toch is dit boek duidelijk anders, het is beslist geen botte aanval en het is geen aanbeveling. Het wil namelijk een echt antwoord formuleren op de vraag of de aangehaalde alternatieve geneeswijzen ja dan nee echt werkzaam en dus heilzaam zijn. Daarvoor gebruiken zij de enige middelen die daarvoor beschikbaar en geschikt zijn, namelijk de wetenschappelijke. Maar zelfs deze uitspraak zal sommigen op hun paard tillen. Zij vinden dat de alternatieve geneeswijzen een aparte behandeling verdienen. Voor ons zou dat willen zeggen dat er verschillende soorten zijn van wetenschappelijke methode, geneeskunde zelfs van de menselijke fysiologie.

Voor een boek als dit is het meer dan belangrijk te kijken naar wie het geschreven heeft. Heeft de auteur recht van spreken, weet hij waarover hij of zij schrijft, want de auteur zal zich moeten verantwoorden.

Prof. Edzard Ernst is een arts die niet alleen de homeopathie heeft bestudeerd maar ze ook jaren heeft uitgeoefend in een gespecialiseerde Duitse homeopathische kliniek. Daarna werd hij de eerste hoogleraar in de alternatieve geneeskunde (Exeter University, Engeland).

Het minste dat we dan kunnen stellen is dat Prof. Ernst weet waar hij het over heeft. In zijn academisch onderzoekswerk dat hij vandaag verricht, onderzoekt hij de effectiviteit van de alternatieve geneeswijzen waarbij hij zonder vooroordelen te werk gaat.

Simon Singh is een Brits natuurkundige die vooral als wetenschapsjournalist en programmamaker voor de BBC gekend is. Hij heeft zijn analytisch wetenschappelijke geest en zijn schrijftalent aangewend om dit boek te helpen realiseren.

Als het boek feiten van fictie wil onderscheiden dan moet daar natuurlijk een methode bij gebruikt worden, maar niet zomaar een methode; die moet namelijk elke kritiek kunnen weerstaan. In de klassieke geneeskunde worden dergelijke technieken al vele jaren gebruikt om geneesmiddelen grondig uit te testen alvorens deze in de kliniek toe te laten. Iedereen wil veilige geneesmiddelen die bovendien het beoogde doel bereiken: verbetering van de ziek(t)e. Het zijn precies deze technieken die door onze twee auteurs zijn gebruikt maar dan op een bijzondere wijze.

Wij hebben het hier over de techniek die gekend is als “dubbel blind placebo gecontroleerd”. Placebo gecontroleerd wil zeggen dat men tijdens de klinische vergelijking de activiteit van het nieuwe medicijn bij patiënten zal vergelijken met patiënten die een niet te herkennen pil krijgen zonder actieve stof (of een actieve stof waarmee men wil vergelijken). Dubbel blind wil zeggen dat de patiënt niet kan achterhalen of hij de placebo of het nieuwe medicijn krijgt en dat bovendien de arts die de behandeling doet dit ook niet weet. Aan het einde van de klinische vergelijking zal iemand de magische enveloppe openen en zeggen welke patiënten in welke groep thuishoren en kan men nagaan of er een gunstig effect was voor diegenen die het medicijn kregen.

Er worden grote aantallen van dit soort studies ‘clinical trials’ uitgevoerd en zo nu en dan doet men dan een ‘meta-analyse’, d.w.z. men gaat alle studies die voor een gegeven medicijn of geneeswijze zijn uitgevoerd aan een kritisch onderzoek onderwerpen om nog een beter besluit mogelijk te maken. Daardoor beschikt men dan niet over bijvoorbeeld honderd patiënten in één studie maar soms over duizenden patiënten verdeeld over tientallen studies. Het is deze laatste techniek, deze van de ‘meta-analyse’ die de auteurs hebben toegepast op de alternatieve geneeswijzen. Zij moesten daarbij natuurlijk heel kritisch zijn bij hun beslissing om een studie al dan niet op te nemen in de meta-analyse. Veel studies ook over de effectiviteit van alternatieve geneeswijzen zijn helaas niet goed uitgevoerd. Vaak is de ‘blinding’ niet goed, de onderzoeker weet wat hij geeft of doet bijvoorbeeld. Soms weet zelfs de patiënt dat, het is immers uiterst moeilijk (maar mogelijk) acupunctuur toe te passen zonder dat de betrokkenen weten of de naald echt in de huid binnendringt.

Welke besluiten kunnen onze auteurs ons aanbieden? Niettegenstaande zij met een heel open geest aan het onderzoek begonnen zijn, is het resultaat over vrijwel de hele lijn dat alternatieve geneeswijzen niet beter zijn dan een placebo.

Laten wij ons beperken tot drie vormen van alternatieve geneeswijzen, een hele reeks andere komen in het boek aan bod.

Acupunctuur, het op een wat speciale wijze inbrengen van dunne naalden, zelfs uitgevoerd door artsen heeft geen beter effect dan een nepbehandeling waarbij de naalden hoegenaamd niet in de huid doordringen.

Chiropraxie, manipulatie van de ruggengraat, is geen behandelingstechniek die wetenschappelijk onderbouwd is. Sommige van hun handelingen zijn niet te onderscheiden van de handelingen die bij ons door een kinesitherapeut worden gesteld. Maar, chiropractici menen ook dat zij een diagnose kunnen stellen en menen dat zij door hun manipulaties vrijwel alles van kanker tot lage rugpijn kunnen behandelen, ja zelfs genezen. Uit de analyse van de beschikbare studies blijkt dat chiropractische therapie enkel verlichting biedt wanneer een patiënt rugpijn heeft. Maar zelfs dan moet men voorzichtig blijven aangezien een niet oordeelkundige manipulatie van de ruggengraat onherstelbaar letsel kan veroorzaken, de voorkeur gaat steeds uit naar onze goed opgeleide kinesitherapeuten.

Homeopathie ten slotte, een breed gekende alternatieve behandelingswijze waarbij diverse stoffen in grote verdunningen en ‘gepotentieerd’ als medicijn worden gegeven. Potentieren betekent dat telkens men de stof verder gaat verdunnen deze verdunning op een bepaalde wijze gaat schudden het geen de activiteit zou ‘krachtig’ maken. Voor deze alternatieve therapie wordt zelfs door sommige verzekeringsinstellingen geld gegeven en het Europees parlement vindt het vandaag ‘salonfähig’, zij vinden dat we het ernstig moeten nemen. Dat willen wij wel, dus lezen wij met veel aandacht wat onze auteurs hierover vinden bij hun meta-analyse van de gepubliceerde studies.

Homeopathie is al behoorlijk oud en steunt op een geloof, een aanname dat je een gevolg kan behandelen met de oorzaak in kleine doses, ‘similia similibus curentur’. Homeopaten stellen dat zij vrijwel elke kwaal uit het boekje kunnen behandelen van een simpele verkoudheid tot een hartkwaal.

Het is Hahnemann die omstreeks 1790 de grondlegger was van deze geneeswijze. Over klinische studies was toen het eerste woord (over scheurbuik en vitamine C) al gepubliceerd (maar niemand had het gelezen) dus hij zelf heeft nooit een studie uitgevoerd. Zijn kennis beruste op anekdotiek, individuele vaststellingen met vermeende gunstige effecten waarbij het steeds moeilijk was om het effect van de behandelende arts te scheiden van het gebruikte middel.

Vandaag zijn er, zij het moeizaam, een aantal studies uitgevoerd die in een meta-analyse kunnen worden gebracht en het resultaat is voor wat betreft de effectiviteit van de middelen over de ganse lijn negatief.

Homeopathische middelen scoren niet beter dan een placebo.

Dat verwondert ons natuurlijk niet, als scheikundige kunnen we zo narekenen dat een homeopathisch middel niets anders bevat dan het water waarin het is verdund. De zogenaamde potentiëring levert ook niets op, geschud water bevat hooguit een beetje meer lucht maar dat is alles. Dus spijtig maar helaas, homeopathie werkt niet en is dus geldverspilling.

En al die tevreden patiënten dan? Wel, wat wij dan traditionele artsen noemen hebben ook tevreden patiënten. Het is niet het gunstig gevolg van enige farmacologische werking maar het effect van de arts of homeopaat in zijn houding ten opzichte van de patiënt. En dat is een individueel effect.

Als wetenschapper moet ik een besluit van de auteurs onderschrijven: artsen die homeopathie voorschrijven zijn eigenlijk hun opleiding onwaardig. Zij hebben een wetenschappelijke opleiding achter de rug en werpen die volledig over de haag om water aan hun patiënten te geven.

Wij geven een voorbeeld.

Via het Internet kunnen wij heel wat homeopathische middelen aankopen, zo ook homeopathisch goud in oplossing of tabletten. Op het internet lezen wij dat goud wordt gebruikt voor de behandeling van bijvoorbeeld depressies met zelfmoordneigingen (af te raden) maar ook voor de behandeling van niet ingedaalde teelballen bij jongetjes vooral dan aan de rechter zijde (sic) (ook dit raden we af).

Op het internet staat de prijs voor een flesje met 15 ml van een goud (Aurum met) oplossing in een 30D sterkte op 9,30 dollar of 6,89 euro. Nog een beetje leveringskosten natuurlijk maar we houden het op 6,89 euro voor 15 ml.

Omdat wij enerzijds een slecht karakter hebben (scheikundige je weet wel) en anderzijds een hart van goud, nemen wij ons voor om het goud te financieren dat nodig is om alle bewoners van planeet aarde een flesje van het hoger genoemde 'genees'middel te bezorgen.

Er zijn 7 miljard bewoners op moeder aarde, we hebben dus (15x7) of 105 miljard ml oplossing nodig. Dat is ook 105 miljoen liter of een zwembad met een afmeting van 3 meter diep, 50 meter breed en 700 meter lang, indrukwekkend.

Om nu die fameuze D30 te maken starten we met een oplossing in 1 liter water van 303,33 gr goudchloride. Dat laatste is een hoeveelheid die door scheikundigen een mol wordt genoemd en die uiteraard verkocht wordt en dat aan 53.689 euro voor 303,33 gram en dat voor de zuiverste variant; we dreigen arm te worden. De grote vraag is nu hoeveel goud we nodig hebben om dat enorme zwembad te vullen met een goudchloride oplossing aan D30. D30 wil zeggen dat we onze liter oplossing aanvullen tot 10 liter dat wordt D1, deze oplossing (die we eerst schudden) vullen we aan tot 100 liter waarmee we D2 bekomen en zo verder. Het cijfer na de D geeft aan hoeveel nullen we achter de één moeten zetten om het volume te kennen (in liter) tot waar onze eerste liter basisoplossing aangevuld moet worden. D6 wil dan zeggen 1.000.000 of één miljoen liter water of 1.000 m³ water. Voor onze D30 wordt dat 1 met dertig nullen liter water. Maar we hebben maar 105 miljoen liter D30 nodig voor de wereldbevolking, we hebben dus véél te véél. We kunnen dan ook beter uitrekenen hoeveel goudchloride we in ons 'supersized' zwembad moeten oplossen. Dat valt tegen, zelfs voor een scheikundige, want we moeten overschakelen op het tellen van moleculen. We onthouden u de gruwelijke details maar we hebben net geen 64 atomen goud nodig om ons zwembad in een D30 goud oplossing te veranderen. Oeps, een kind in het eerste leerjaar kan deze atomen tellen.

Medische activiteit wordt altijd gedragen door een molecule of atoom van het actief bestanddeel. Een pijnstiller werkt maar als die ook effectief aanwezig is.

Wat hebben we nu gemaakt, na afvulling hebben we 7 miljard flesjes met een D30 oplossing van goud. In al die flesjes samen zitten lukraak verspreid 64 atomen goud. Dat komt overeen met een héél straffe loterij, van alle wereldbewoners zullen er 64 in hun flesje één atoom goud aantreffen. Maar, aangezien ze bijvoorbeeld vijf druppels per dag gaan innemen en 15 ml 300 druppels zijn, zullen ook deze gelukkigen slechts één keer in twee maand in contact komen met één atoom goud. En al die andere wereldbewoners hebben nada, nougatbollen contact met goud want er zit helemaal niets in hun flesje.

Geheel terzijde, zeewater bevat ook goud al zal niemand het in zijn hoofd halen om dat daar ook uit af te zonderen. Eén druppel zeewater (50µL) bevat voldoende goud om voor elke bewoner van deze planeet 1,5 miljoen flesjes met 15 ml te bezorgen. U moet zich dan ook geen zorgen maken dat u zich zal vergiften door een overdosis van een homeopatisch middel in te nemen.

Helemaal terzijde, de fabrikant van dit middel haalt met zijn 'genees'middel een omzet van 48 miljard euro; van een winstgevende handel gesproken.

Einde van ons voorbeeld.

Slot, mag u verder homeopathische middelen gebruiken? Dat is volledig uw eigen verantwoordelijkheid, aangezien ze geen enkele echte farmacologische werking hebben kan het niet schaden. Alleen, onthoud dan dat u uw 'klassieke', op wetenschappelijke basis ontwikkelde medicijnen wel moet blijven nemen en dat u de aanwijzingen van uw vertrouwde arts (niet homeopaat) echt wel ter harte moet nemen. Is dat moeilijk, tracht u dan voor te stellen dat u pijn zou gaan bestrijden met een homeopatisch middel, het zal pijnlijk zijn.

Simon Singh en Edzard Ernst, *Bekocht of behandeld. De feiten over alternatieve geneeswijzen*, Amsterdam, Antwerpen, Uitgeverij de Arbeiderspers, 2010, ISBN 978 90 295 7313 9