

Alapellátás és alternatív gyógyítás I.

[Dr. Siró Béla]

Bevezetés

Ha valaki az alternatív orvoslás kérdéseivel kíván foglalkozni, és azokat az evidence based medicine kritériumai szerint értékeli, az alternatívok szerint elfogult, elő-ítéletes, sőt irigyli eredményeiket. A szerző maga részéről nem elfogult, nincsenek előítéletei és nem is irigy csupán egy szerteágazó és bonyolult kérdéskört szeretne a maga és a tisztelt Kollégák számára elfogadhatóan tisztázni.

Az alternatív medicina művelői, tudományosságukat bizonyítandó, szinte külön szakmai nyelveket alakítottak ki, amelyek kifejezéseit sokszor nem érteni hanem hinni kell.

Annyiféle előzménnyel bíró vagy anélküli eljárás, hozzátartozó ideológia létezik, terjed az interneten és az egészségügy határvidékén, mögöttük annyi érdekcsoport húzódik meg busás hasznot remélve, hogy erről tiszta képet nyerni nehéz, szinte lehetetlen.

A helyzetet bonyolítja az hogy egyes paramedicinális eljárások művelői részben maguk is orvosok, de az is, hogy egyes eljárások magyarázataikban a medicina ismeretanyagához kapcsolódnak, helyesen, vagy saját elképzeléseiknek megfelelő módon manipulálva. Az eljárások, tanok egy része vizsgáláshoz kötött tanfolyamokkal legalizálja önmagát, ezzel is jelentős jövedelemforráshoz juttatva feltalálóját, e tanok terjesztőit. A tudománytalan eljárások magyarázatára tudományos kifejezéseket használnak, amelyek tanaikba beépítve ismét a tudományosság látszatát akarják kelteni, de valójában ebben a kontextusban értelmetlenek. Példaként néhány: életenergia, méregtelenítés, probiotikum, biostimuláció. Paramedicinális mozzanatok, érvek, gondolatmenetek gyakran keverednek kozmetikumok, „gyógyító berendezések”, eljárások, élelmiszeripari termékek reklámszövegeibe is.

A paramedicina mellett gyakran használatos a természetgyógyászat fogalma amely nem választható el élesen az ezotéria fogalomkörétől sem. Vannak egyéni eljárások és vannak szélesebb kör (vevők, hívők) által igénybe vett eljárások, némelyek dinamikusan növekednek, mások éppen kimenő félben vannak a divatból. A paramedicina irányzatai között kemény konkurrenciaharc folyik, eredmények, csodák ígérgetésével. A szerző jelen közleményben egy óriási, évezredek múlttal bíró (hagyományos kínai) valamint négy további tartósnak tekinthető, kiterjedten alkalmazott paramedicinális módszerrel, a homeopátiával, a szoft-LASER, a fény- és szinterápiával valamint a magnetoterápiával kíván foglalkozni.

Hagyományos kínai orvoslás

A nyugati orvostudomány szemszögéből paramedicina, a maga helyéből nézve viszont évezredek át és részben ma is maga a medicina, a legismertebb módszeréről az akupunktúráról ismertté vált *kínai orvoslás*. Szerző véleménye szerint inkább az epimedicina lenne a megfelelő kifejezés. A nyugati orvostudomány analitikus, experimentális, az egyes jelenségeket vizsgálja, nyitott, dinamikus fejlődésben van. A kínai orvostudomány a természetet, és benne az embert helyesen egységében és kölcsönhatásában tekinti. Évezredek alatt valószínűleg az empiria talaján kialakulva zárt, befejezett, állandó. Sajátos, hogy kitűnő makroszkópos anatómiai ismeretek birtokában az emberi szervezet működését merőben másként értelmezi, a különböző szerveknek a valóságostól eltérő működést tulajdonít. A nyugati orvostudomány részéről értelmezhetetlen rendszereket, a felületes és azt a szervekkel összekötő mély meridiánok rendszerét írja le, amelyekben az életenergia a Qi áramlik. Utóbbiból többfélet különböztet meg: öröklött, szerzett, tápláló, védelmi Qi-t. Az akupunktúrás szűrások beavatkozások a csatornaszerűen működő meridiánok ún. nyílásainak megfelelő helyeken történnek, amelyek meglehetősen függetlenek a tényleges anatómiai helyzetektől. A szűrás módja, mélysége és a tű mozgatása is jelentőséggel bír.

Alapvetően öt elemre vezetik vissza a környező világ és benne velük kölcsönhatásban az ember létezését. Ezek: fa, tűz, föld, fém, víz. Ezek egyben tulajdonságokat, ember-típusokat, betegségeket, évszakokat is jellemeznek. Harmóniájuk az egyénben és környezetével az egészség. Diszharmóniájuk a betegség. A bajmegállapításban és gyógyításban jelentős szerepet tulajdonítanak a klimatikus energiáknak. Ezek: a szél, hőség, nedvesség, szárazság és hideg. Ezeket a nyugati meteoropatológia is messzemenően figyelembe veszi. A *megelőzés* a harmónia fenntartása és megvédése a zavaró tényezőktől. A *gyógyítás* célja a harmónia helyre állítása.

A *Yin* és *Yang* fogalma a kínai orvoslás gondolkörében központi helyet foglal el. Két egymással ellentétes, de egymást feltételező, egymásban is benne lévő, a másik nélkül nem létező ellentétpárról van szó. A Yin a befelé fordulást, stagnálást, összehúzódotást, az éjszakát, hideget, a nőt, a Yang az energiát, mozgást, dinamizmust, meleget, a férfit jellemzi. A Yin-Yang egyensúlynak napi ciklusa is van. Ez nyugati szemmel szokatlan – bár a circadián ritmust egyre több élettani működésben írják le – de

a kínai medicina ezen is alapul. Az egészség a Yin és Yang egyensúlya.

A leginkább ismert akupunktúra mellett a kínai orvoslásnak más területei is vannak:

A moxibuszció az akupunktúrának megfelelő pontok felett növényekből készített szivar alakú rudacsák égetése, vagy az adott meridián feletti mozgatása, 10–15 percig, hogy a hő a mélybe hatolhasson. A használt növény milyenségének nincs jelentősége. Gyógyító, de megelőző hatást is tulajdonítanak ezen eljárásnak. Hasonló elven működik az akupresszúra, amely során nyomást gyakorolnak szintén az akupunktúra pontjaira.

A korábban a nyugati orvoslásban is használatos köpölyözés melegített pohárral a kínai orvoslásnak ma is része. A táplálkozás is része a gyógyításnak. A lép szerintük az emésztés fő szerve. Megkülönböztetnek Yin és Yang, azaz hideg és meleg ételeket. A hideg vagy meleg tulajdonság nem az étel konkrét hőmérsékletére vonatkozik. Az étrendet a betegségnek megfelelő módon állítják össze. Az öt alapíznek: savanyú, keserű, édes, sós, csípős is terápiás jelentőséget tulajdonítanak.

A Qigang kínai gyógymód de egyben egészségmegőrző tornarendszer is, amelyhez speciális légzésmód is tartozik. A beteg állapotától függően állva, ülve, fekvé is végezhető. Használják még relaxációs technikákat is.

Abból kiindulva, hogy a fülkagyló egy embrióra emlékeztet, kialakult a fül akupunktúrája, amelyben a test akupunktúrájához hasonlóan a különböző bajoknak megvannak a meghatározott pontjai. A nyugati orvoslásban is kiterjedten alkalmazzák alkohol és drogfüggők elvonási tüneteinek enyhítésére, ill. a visszaesés megelőzésére.

Az 1970-es években a Colombói (Sri Lanka, Ceylon) Gyermekklinikán végeztek érdekes vizsgálatot tüdőasztmában szenvedő gyerekeken (e betegség jellemzően pszichoszomatikus). A betegeket véletlenszerűen három csoportra osztották. Az egyik csoportot angol szakorvos kezelte a kor színvonalán a nyugati orvostudomány alapján. A másik két csoport akupunktúrával kezelték részeseült, amelyet a pekingi, a hagyományos kínai orvostudományt oktató orvosegyetemen végzett orvos hajtott végre, az egyik csoportot az asztmának, a másikat az epebetegségeknek megfelelő módon. A kezeléseket egy harmadik orvos ellenőrizte, aki mindkét egyetemet elvégezte. A nyugati kezelésben részesült gyermekek javultak a legnagyobb mértékben. A két akupunktúrával kezelt csoport is javult, de kisebb mértékben, köztük szignifikáns eltérés nem volt kimutatható. Azóta standard kísérleti elrendezés az akupunktúrával kezelt csoporton és „hamis” pontokon végzett kezeléseik eredményeinek lehető legobjektívebb összehasonlítása. Mára, egyre finomodó módszerekkel és egyre kiterjedtebb vizsgálatokkal igyekeznek a nyugati orvostudomány az akupunktúra objektíven észlelhető hatásaira hiteles magyarázatokat találni. Ezek áttekintése messze meghaladja jelen közlemény keretét.

Kérdés: hogyan viszonyuljon a nyugati medicinán

nevelődött orvos a kínai orvosláshoz, amely több mint medicina, életszemléletet, élet- és gondolkozásmódot, filozófiai rendszert is jelent. A legrégebbi és legnagyobb kultúrkör és civilizáció terméke, *így tiszteletet és érdeklődést érdemel*. Kérdés az is, hogyan illeszthető a nyugati medicinába, mivel ennek is meg van a maga tényszerű gondolkozásmódja amely a keleti tanok sok részletével nem egyeztethető össze. Nem valószínű, hogy a keleti módszereket jól ismerő nyugati orvos pl. az emésztés központjának tekintené a lépét. Kérdéses hogy az akupunktúrával szakszerűen alkalmazó nyugati orvos a tudományos módszerekkel érzékelhetetlen meridiánokhoz hogy viszonyul. De facto elterjedt módszerről van szó, amely a nyugati világban is hatásos, de korlátozottabb mértékben minden betegségre, elsősorban a pszichoszomatikus, vagy pszichoszomatikus komponensekkel rendelkező egyéb betegségekben jön szóba. Amire van megbízható gyógyszerünk arra inkább azt alkalmazzuk, de ha a beteg azt szeretné, ez nem zárja ki az akupunktúra párhuzamos alkalmazását. Az akupunktúrával szoft-LASER-rel történő ingerlése elfogadott gyakorlat a nyugati világban, az akupunktúrával szoft-LASER pontok keresésére is használják.

Kína elképesztő mértékben fejlődik, gazdasági technikai és civilizációs téren. Hogy hagyományos gyógyító rendszerének sorsa hogyan alakul, előre nem látható. Mindenesetre komplexitása, rendszerszemlélete és első sorban objektíve igazolható eredményei alapján elkülönítendő a többi, a nyugati orvoslás mellett burjánzó paramedicinális, természetgyógyászati tevékenységtől.

Homeopátia

A XVIII–XIX sz. fordulóján már megindult a nyugati orvostudomány fejlődése, gyarapodtak az anatómiai, patológiai ismeretek, de akkor ennek vajmi kevés hozama volt a gyógyításban, amely megrekedt az érvágás, hánytatás, köpölyözés, hashajtás, izzasztás szintjén, amelyek alkalmazását a megszokás szentesítette. Samuel Hahnemann (1755–1843) német orvos elképzelése szerint bármilyen anyag, amely nagy adagban betegségi tüneteket okoz, kis adagban ugyanezen tüneteket szünteti, annál inkább, mennél kisebb adagban alkalmazzuk. Önkísérletében nagy adag kinint vett be, amitől maláriászerű tünetei voltak. Erre a bizonyítalann „tényanyagra” építkezve dolgozta ki a homeopátia módszerét. Az akkor szokásos gyógyszerekből, majd egyre többféle anyagból oldatot, „óstinktúrát” készített, amelyet 10–100-vagy 50000-szeresére hígított meghatározott számú alkalommal ismételve. Hígítási lépé-senként meghatározott számú alkalommal megrázta, „potenciálta” az oldatot. Ezzel az eljárással szerinte a hígítás mértékével és a potenciálások számától függően egyre hatásosabb, anyagban szegényebb, „energiában” gazdagabbá válik az oldat. Bizonyos hígítás után hatóanyagot szinte már nem is tartalmaz, de a benne lévő „információval” mozgósítja

a szervezet öngyógyító képességét. A hígítás, rázás, főleg ha nincs is már semmi az oldószerben, hogyan és milyen információt ad át a szervezetnek, amely az öngyógyítást serkenti, ez egy jogos kérdés, amelyre a válasz mindmáig várat magára. A potenciálástól „új tulajdonságai keletkeznek+ a készítménynek. Hatása „rezgéseken” alapul. Mi rezeg? Hosszas kezelés esetében a készítményt is a tünetek változásának megfelelően változtatni kell. A kezelés individuális. Hahnemann tanait számos nyelven és könyvben publikálta. Eljárása igen népszerű lett. Nem járt kellemtelenségekkel, nem ártott. Az addigi „nyugati típusú” gyógymódokhoz képest „szelid” gyógymódnak nevezték, és még viszonylag olcsó is volt. 1819-ben az orvosok nyomására a Habsburg birodalomban betiltották, de 1837-ben újra engedélyezték. 1865-től hazánkban, de másutt is csak orvosok alkalmazhatták. A gyöngyösi kórház, a pesti Bethesda és a Knézich utcai Erzsébet kórház évtizedekig homeopátiás intézményként működött. Átmenetileg a pesti orvoskaron két tanszéke is volt. Mindez az eljárást végleg legalizálta, tudománnyá tette. Alkalmazói 1865-ben Hasonszervi Orvosegyletet alakítottak, majd Nemzetközi Homeopata Társaság is szerveződött. Mindez feledtette, hogy a kiindulási alap, és hatásmód teljesen tisztázatlan, Hahnemann kinyilatkoztatásain alapul. A XIX. sz. második felében az orvostudomány is fejlődött, korábbi barbár kezelésmódjai kimentek a divatból, eredményesebb lett a gyógyítás. A homeopátia kezdett háttérbe szorulni. A XX. sz. 20–30-as éveiben újból fellángolt az orvosprofesszori vita körülötte, Korányi határozottan ellenezte. A rendszer-váltás ismét tiltották. 1990-től ismét gyakorolható. 91-ben-ben magalakult a Magyar Homeopata Egyesület és az eljárás üzletiesedett eljárássá vált, a nyugati gyógyszeripar egy része már korábban ráállt a készítmények ipari előállítására, kombinált készítményeket is előállít. Hahnemann idejében 200, jelenleg kb. 2000 készítmény áll rendelkezésre, de individuális kezeléstről így immár nem lehet szó és az új készítmények már nem is olcsók. Ma kb. 1400 magyar orvos alkalmazza. Miután az OEP nem támogatja, alkalmazását szerző feltételezése szerint főleg a fizetőképesség, „hívó” beteg populáció veszi igénybe, ami azt jelenti hogy az azt alkalmazó orvos keresetét a kereslet-kínálat adta lehetőségek határozzák meg, s valószínűsíthető, hogy nem kedvezőtlen irányban. Le kell szögezni, hogy az orvostudomány mai fejlettsége mellett ez a modernizált homeopátia sem elfogadható tudományosan megalapozott módszerként. Az Exeteri Egyetem (Anglia) kutatói korrekt klinikofarmakológiai vizsgálatokkal igazolták, hogy egy veszélytelen placebo hatás a homeopátia valós alapja.

A homeopátiás tanok „mellékhatásaként” el kell azonban ismerni, hogy egyes elveit a modern orvostudomány is haszonnal alkalmazza sőt nem ártana nagyobb hangsúlyt helyezni rá: a beteget egyedileg kell megítélni, hosszas betegség esetében a kezelést a tünetek változásának megfelelően kellene módosítani, a beteg embert és nem csak a betegséget kell figyelembe venni és gyógyítani, ha

nincs diagnózis akkor is lehet a beteget kezelni (ex iuvantibus terápia), a terápia hatásosságából vissza lehet következtetni a tényleges diagnózisra, a beteg öngyógyító képességét kell serkenten. Intuíció, empátia szükséges gyakorlásához. Mindez valamennyi orvosi tevékenységre igaz.

Veszélye, hogy ha alkalmazó orvosa nem ismeri fel, hogy váltani kell, a beteg lekési a tudományosan megalapozott kezelést. Tagadhatatlan mellékhatása, hogy igénybevevőiben megingathatja a tudományosan megalapozott orvostudományba vetett hitet.

Ma a homeopátia biznisz a gyógyszeripar és a homeopátiát alkalmazó orvosok számára, csodavárók, a „hivatalos” medicinában csalódott, panaszukra enyhülést nem találó betegek utolsó mentsvára, hogy betegségük (f)elismeressék és meggyógyíttassák, bár sokan ezt sem szeretnék igazán, mivel megszokott előnyökkel járó betegszerepüket fel kellene adniuk.

Szoft LASER terápia

A LASER mozaik szó, az angol Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation kifejezés rövidítése. A LASER berendezésben előállított fénysugárban a fotonok szinkronizáltak, sík hullámfalat alkotva, teljesen párhuzamosan, sz.e. igen vékony nyalábban haladnak (célzó berendezések), sz.e. igen nagy romboló hatású energia koncentráció érhető el vele (LASER ágyú). A berendezésnek igen sok változata van a pénztárak kódleolvasójától a metallurgiai ipari felhasználásig. Orvosi vonatkozásban nagyobb energiájú vékony nyalábokat használnak a műtétes szakmák, pl. LASER sebészet és bőrgyógyászat, kisebb, de koaguláló intenzitását a szemészet. Mindezek elfogadott tudományos tényeken alapulnak. Áttekinthetetlenül sokféle módon, elgondolással működő kisintenzitású szoft, low level és cold LASER készülék van forgalomban, sokféle céllal. Ezekről átfogó teljes képet nyújtani messze meghaladja e közlemény keretét. Megjegyzendő, hogy még az elő-adásokkor használt elemes LASER mutatópálcák sugarai is károsíthatják a retinát. Jellemző, hogy egyes gyárak, nyilván együttműködő kollégák szentesítésével, a jobb hozzáférést biztosítandó, valójában a piacot bővítendő céllal kifejlesztették a laikusok otthoni önkezelésére alkalmas házi készülékeiket amelyek elsősorban a bőr fiatalítására „alkalmasak”. Egyes módszereket feltalálók nevével szentesítették. Mire alkalmas, csak felsorolásszerűen: biostimuláció, biomoduláció, sejtreparáció, migrain, krónikus fáradtság szindróma, cigarettáról leszoktatás, fülzúgás, fogyás, depresszió, fibromialgia, krónikus fájdalom szindróma, immunterápia, impulzus üzemmódban Nogier féle impulzus terápia, információ terápia, csontvelő sejtek biostimulációja szintén pulzus-LASER-el, akupunktúra, ill. az akupunktúrás pontok keresése, akupunktúrával kombinálva fülkagyló diagnosztika, 3 napi

kezelés herpes ellen. Kuttyákat, lovakat is kezeltek szoft LASER-rel. Reális kezelési területnek tűnik rosacea, aknék kezelése, szájszészeti műtétek sebgyógyulásának segítése. Ezen áttekintésből is kitűnik az értelmezhetetlen kifejezések használata, valamint az, hogy a felsorolt betegségek és állapotok zömmel a pszichoszomatikus betegségek körébe tartoznak, kiváló területei a placebo kezelés alkalmazásának is.

Magnetoterápia

Az *állandó mágneses térnek*, amit akkoriban fizikai értelemben nem is ismertek, szerencsét hozó, egészségvédő és gyógyhatást tulajdonítottak már az ókorban is. Természetes mágnességgel bíró ásványokból amuletteket, karpereceket készítettek. Ezek kései utódeként ma a vérnyomást csökkentő mágneses karkötők, regeneráló tulajdonságú ágyak népszerűek. Az elektromágnesség felfedezésével lehetővé vált különböző paraméterekkel (frekvencia, impulzus alak: sinus, négyszög stb.) rendelkező *pulzáló mágneses tér* létrehozása és kézenfekvő volt annak gyógyászati alkalmazása. Mára ez a (para)medicina virágzó ágává terebélyesedett. Hazánkban egy különös, mára el is felejtett intermezzo kapcsán vált ismertté. Egyik neves TV riporter tudomására jutott, hogy az egyébként akkoriban még alig befolyásolható és ma is gyógyíthatatlan sclerosis multiplex magnetoterápiás kezelésével bíztató kísérletek folynak külföldön. Publikálása után a betegek és neurológusok egy részének körében érthetően nagy érdeklődést váltott ki az eljárás, a szkeptikusabb neurológusok nem sok reményt fűztek hozzá. Egy-két év alatt kiderült, hogy a „mágneses karikával” kapcsolatban az utóbbiaknak lett igazuk, de alkalmazói közben meggazdagodtak. A közvélemény nyomására az OEP akkoriban befogadta és finanszírozta a módszert. Egyes fizioterápiás részlegeken ma is alkalmazzák mozgásszervi panaszok kezelésére, vitatható eredményekkel.

Mára se szeri, se száma a különféle készülékeknek, és a hatásukra vonatkozó, főleg elképzeléseken, ötleteken alapuló magyarázatoknak. Indikációs területe kialakult és kísértetiesen hasonlít az előzőekben tárgyalt paramedicinális eljárásokéhoz, bár újak is felmerültek. A következőket „tudja” a magnetoterápia: csont- és porcsejtek stimulációja, a csonttörések, az ulcus cruris és általában a sebek gyógyulásának gyorsítása (e hatásokat az Egyesült Államok Űrorvosi Kutató Központja igazolta), általános reguláció, idegsejtek regenerációja, anyagcsere folyamatok javítása, a salakanyag ürítés segítése, a makrofágok stimulációja, a stressz-tűrő képesség növelése, a plexus mesentericus szabályozása, javítja az emésztést, a melatonin kiválasztást segíti, így megszünteti az alvászavarokat, erősíti az immunrendszert, a vegetatív idegrendszert, a gyógyszerek hatását potenciálja az anyagcsere és a keringés javítása révén, antiaritmogén, a légzőizmok funkcióját

javítva növeli a vitálkapacitást, csökkenti a vörösvértestek synpexis képződését, ezáltal javul a keringés. Csökkenti továbbá a koleszterin szintet, a vérnyomást, a trombózis hajlamot, perifériás vérellátási zavarokat, a Raynaud kórt, az érlemeszesedést. E hatások egy része értelmezhetetlen, pl. általános reguláció, másik része legalább is meglepő, pl. a koleszterin szint csökkentése, és melyik koleszterin frakcióé?

Alkalmazási területei az előbbieknél megfelelőek: prevenció, stressz csökkentés, keringési zavarok, sebek, csonttörések, alvászavarok gyógyítása, izomlazítás, sportteljesítmények növelése (nincs dopping listán), regeneráció, anyagcsere betegségek, szív és érrendszeri betegségek, depresszió, idegi eredetű betegségek, bőrbetegségek kezelése, gyógyszerek adagjának csökkentése, az immunrendszer erősítése. Szívinfarktus, ill. stroke okozta benu-lások utókezelésére is alkalmas, sőt napi kétszeri kezeléssel meg is előzhető a cardio- és cerebrovasculáris megbetegedések! A felsorolt alkalmazási területek egy része itt is homályos, pl. stressz csökkentés, regeneráció. Mit és hogyan?

Alkalmazása legalább veszélytelen, hacsak nem olyan betegről van szó, akiket gyakorlatilag azonnal „nyugati típusú” orvosi kezelésben kellene részesíteni.

Fény- és színterápia

A fénynek kettős természete van, mint minden elektromágneses hullámnak: részecske és hullám. Hullámként rezgésszáma, hullámhossza (szín) és energiája, valamint rezgés síkja (pl. polarizált fény), fázisa (l. LASER) van, amelyek fizikai viselkedését és biológiai hatásait meghatározzák. A színdinamika viszonylag új komplex tudományág, amely a quarkoktól indulva a belsőépítészettől a pszichoszomatikáig foglalkozik a színek tulajdonságaival biokémiai és biológiai hatásaival, amelyeket a bőrre, és a szemén át az idegrendszerre, tudatunkra gyakorolnak. A fény a szervezetbe néhány mm mélységig hatol be, gyakorlatilag a bőrre hat, általában több szín együttesen.

Az ívfényt Finsen alkalmazta először bőr tuberkulózis kezelésére sikerrel (Nobel díj). A „közönséges fehér fényt” az ún. szezonális vagy téli depresszió kezelésére használják, önmagában, vagy antidepresszánsokkal kombinálva objektíve mérhető sikerrel. A beteg opál elektromos égőkből kialakított, erősen világító négyzet alakú felület előtt ül, általában napi 30 percig. Objektív hatása van bizonyos hullámhosszú kék fénynek az újszülött kori sárgaság gyorsabb megszüntetésében, így a magas bilirubin-szint központi idegrendszert károsító hatása megelőzhető. A kék fény a bilirubint könnyen kiválasztható molekulává módosítja. Ezek az orvosilag megalapozott kezelések nem tartoznak a fény- és színterápia fogalom köréhez.

A fény- és színterápiás eljárások általában polarizált fényt és színszűrőket alkalmaznak. Ígért hatásai nagy

mértékben hasonlítanak a már tárgyalt egyéb paramedicinális eljárásokéhoz. A polarizált fehér fény segíti a sejt anyagcserét, „potencialja a sejtek elektromos mezejét”, sztereokémiai szubcelluláris szinten hat, elősegíti az érfalak, porcok regenerációját, javítja a mikrokeringést, tágítja az ereket, „a kiszáradt ízületeket rendbe hozza”, erősíti az immun- és idegrendszert, a szívizomzatot, fokozza a makrofágok aktivitását, izomlazító, fájdalomcsillapító, gyulladást és allergiás tüneteket, fejfájást, depressziót csökkentő hatású, normalizálja a szervek működését, biostimulál, javítja a közérzetet, gyógyítja a lábszár fekélyt, felfekvést, gyorsítja a sebgyógyulást. Utóbbi három hatása objektíven mérhető. Amint látható igen széles hatásspektrumról van szó, ugyanakkor otthoni önkezelésre is alkalmas (piacbővítés!!!).

A **szinterápia** hatásai is igen színesek, de nincs új a nap alatt. Az ötvenes években egy élelmes „körtanár” kolléga egy kis nyírségi faluban rendelőjének ajtaja fölé színes villanykörtéket szerelt. A betegekkel ezeket nézette, és megkérdezte mit éreznek. Az majdnem mindegy volt hogy mit válaszoltak, kaptak valami gyógyszert, míg az ismételt vizsgálatok után jobban nem érezték magukat. Így aztán kollégánk lett a megye első Wartburgja, össze is törté menten, némi alkohol következtében, de szerencsére hamar került neki másik.

Az egyes színeknek némiképp eltérő hatásokat tulajdonítanak: A *rózsaszín* kellemes közérzetet, pozitív gondolatokat ébreszt. A női gáttájékat besugározva az orgazmust, a heréket egyenként besugározva a nemzőképességet fokozza. A vörös serkenti az idegrendszert, a keringést, izgató, stimuláló, adrenalin szintet fokozó hatása van. „Segíti” – a keringés javítása révén – a vírusok és baktériumok elleni védekezést, mivel a leukociták hamarabb odajutnak”. Jó hatású vashiány és vészes vérszegénység esetében. (Valószínű, hogy azért a B12 vitamint nem váltja ki.) Aktiválja a mellékvesét, a renyhe bélműködést, a legyengült izomzatot, a vesék és bőr só-kiválasztását. Impotencia, dysmenorrhea és sterilitás kezelésére is alkalmas. Még ellenjavallatai is vannak: hipertónia, asztma, epilepszia és szívbetegségek. A *narancssárga szín* általában pozitív hatású. Szexuálisan serkent, a termékenységet fokozza. A „keresztcsonti csakra” (indiai eredetű fogalom, az emberi testben lévő központok, általában 7 ilyen meghatározott helyű csakrát említenek, melyeket pszichés vagy spirituális energiák forrásának tartanak) besugárzása női energiát szabadít fel, örömet, szabadság érzést, mozgást vált ki. Antidepresszáns. A reumás panaszokat enyhíti, „segít felszakítani a csontokra rakódott rétegeket”. Frissít, görcsoldó, izomlazító hatása is van. A lép kezelése növeli az életerőt (behatolási mélysége néhány mm!). Alkalmas még műtéti elő- és utókezelésre. A pajzsmirigy és egyéb endokrin mirigyek működését rendezi. Bőrbetegségek, emésztési panaszok javulnak hatására. A *sárga szín* melegség érzést, lelkesedést vált ki. Stimulálja az idegrendszert. A „homloki csakrára, a fejre és gerincre sugározva meg-

tisztítja az idegrendszert a megrekedt energiáktól.” Pozitív mágneses áramlást stimulál. Bőrbetegségek, ízületi gyulladás kezelhető vele. Elősegíti a kalcium „feldolgozását”, osteoporózisban jó hatású. További alkalmazási területei: epehólyag, gyomor, hasnyálmirigy, lép betegségei, rekeszizomsérv, hányinger, puffadás, étvágytalanság, klimaxos folyás, cukorbetegség, fóbiák. A *zöld szín* „pontosan a retinára fókuszálódik, megnyugtatja a szemet.” Megnyugtatja a vért is. A tudatban érzelmi egyensúlyi állapotot hoz létre. Szív- és tüdőbetegségek kezelésére alkalmas. A nyirokmirigyeket és a thymust serkenti. A daganatos sejtburjánzást fékezi. A műtőkben a kimerültséget csökkenti. A színdinamika szerint is pihentető, nyugtató hatású. A *kék szín* a színdinamika szerint az UV és infravörös mellett kémiaileg károsíthatja a retinát. A szinterapeuták szerint kedvező hatású a hypophysisre, endokrin mirigyekre. Hatására a torokgyulladás, az aranyeres panaszok, a láz, a pajzsmirigy túlműködés csökken. A *lila szín* javítja a memóriát, csökkenti a hipertóniát. Fizikailag és spirituálisan erősít.

A fény- és szín-, de a szoft-LASER terápia is, amennyiben a testfelületre irányul, és van akkora intenzitása, hogy helyileg melegség érzetet keltsen, lokális reflex választ kiválthat, pl. a bőr kapilláris keringésére, de hogy a mélyebben vagy távolabb elhelyezkedő szervekre sőt szervrendszerekre (pl. endokrin rendszer, vérkeringés) hatást gyakorolhasson, valószínűtlen. A szinterápia a szemén át látványként hathat a hangulatra, kiválthat asszociációkat, de hogy konkrét hatása lehessen valamely betegségre, vagy szerv működésére annak nincs meg az anatómiai és fiziológiai lehetősége.

Megbeszélés

Szerző a leírtakban tudatosan átvette a paramedicina szóhasználatát, orvosilag csaknem mindig nehezen értelmezhető, vagy éppen értelmezhetetlen fogalmait, diagnózisait, hatástani elképzeléseit. Ezt nem ironiából tette, hanem azért, hogy a paramedicinától érintetlen családorvos kollégák képet alkothassanak e témákról. Ami izgalmas kérdés, hogy a paramedicinát alkalmazó, és abban érdekelt kollégák maguk hisznek-e abban amit művelnek. A művelnek ígét a jobbik értelmében használta a szerző. Aki hiszi, amit csinál, feltehetőleg jobbak lesznek az eredményei, mivel nem csak a homeopátia hanem a többi eljárás is többnyire pszichoszomatikus, ill. ilyen komponenssel bíró betegségekben, állapotokban, ill. pszichés tünetek esetében használatos. Gondoljunk csak vissza arra az időszakra, amikor diagnosztikus lehetőségeink szegényesebb volta miatt próba-laparatómia történt, reménytelen tumoros állapotot talált a sebész. Zárta a hasat. Kíméletből megnyugtatta a beteget, aki ezután hónapokra javult, panaszai csökkentek, hízott, majd rohamos állapotromlás után exitált.

A fájdalom, különösen ha krónikus, mint leggyakoribb tünet is igen bonyolult perifériás és központi idegrendszeri mechanizmusok teljesítménye, a Melsack-féle kapu mechanizmustól, az endorfin rendszeren át a tudatig, figyelemig, érzelmi állapotig (félelem). A placebo effektusnak tág tere nyílik arra, hogy hathasson. Ezt az orvos hite abban amit csinál metakommunikáció révén csak erősítheti. Ezt a pszicho-neuro-endokrin és immunrendszer komplex működésének egyre részletesebb feltárása mindinkább magyarázhatóvá is teszi. Ha ezek az effektusok nem léteznének, a klinikofarmakológiának nem lenne szüksége a kettősen vak, keresztezett, placebo kontrollált módszer alkalmazására új gyógyszer kipróbálása esetében.

Aki nem hiszi, csak csinálja a paramedicinális eljárásokat, tiszta ügy: üzleti érdekből teszi. Hogy ez etikus-e, legyen mindenki a maga bírója. Ugyanakkor a helyzet bonyolultabb. Elkezd érdekből, de eredményeket ér el - ami lehetséges - így előbb-utóbb meggyőződik (meggyőzi magát) arról, hogy helyesen jár el. Szerző feltételezése szerint azért azok vannak többségben, akik hisznek abban amit csinálnak. Tény viszont az is, hogy azoknak az orvosoknak jelentős része, akik paramedicinális tevékenységet folytatnak, kikapcsolódnak a „hivatalos orvoslás” rendszeréből, egyedül, vagy teamet alkotva, esetleg természetgyógyászati klinikát szervezve tevékenykednek, és mi tagadás, jobb anyagi körülmények közepette élnek, mint kórházi és rendelőintézeti kollégáik.

Amíg orvos végez paramedicinális tevékenységet és ezt szakmai tudását nem felejtve teszi, nem kezd kétes kalandokba, pl. nem gyógyít kék fénnel operálandó, vagy kemoterápiára szoruló tumoros betegeket, addig e tevékenység a szerző véleménye szerint megengedhető.

A természetgyógyászatnak, paramedicinának vannak azonban jelenleg nem tárgyalt zavarosabb területei is, amelyeket nem orvosok művelnek, hanem laikusok, akik esetleg valamilyen tanfolyamokon, valamilyen „tudásra” szert tesznek, vagy akár autodidakta módon fejlesztik ki egyedül üdvözítő módszereiket, kézrátétellel adnak át energiát, avagy nagy szakálluk birtokában telefonon keresztül gyógyítanak, s mindezt büntetlenül tehetik, sőt a médiumokban is hirdethetik tanaikat, a nézettség érdeké-

ben. Ezen gyógyászok körében elterjedt a (tétélezzük fel jóhiszemű) omnipotencia érzés, rendkívüli képességeik birtokában mindent és mindenkit gyógyítanak, ami rendkívül kockázatos, mert a hozzájuk fordulók gyakran elhanyagolják, abbahagyják a számukra esetleg életmentő „hivatalos” orvosi kezelést vagy túl későn folyamodnak ilyenért.

Kérdés, hogy az orvostudomány vitathatatlanul óriási fejlődése mellett miért van a világon mindenütt reneszánsza a paramedicinának, természetgyógyászatnak, az ezotériának. A (túl)specializálódott orvoslás személytelené vált, a beteget „alkatrészenként” vizsgálják, kezelik. Az orvoslásnak elismerten vannak és lesznek korlátai, csodákra nem képes. Az egész világ fél, bizonytalan (terrorizmus, atomveszély, klímaváltozás, szuper vulkánkitörések, égből jövő világhatású katasztrófák, s mindez a médiumokban, főleg filmen és TV-ben „feltupírozva”). A magyar lakosságnak is bőven van oka a csalódásra, bizalmatlanságra. Ezt a médiumok is gerjesztik. Ebben a helyzetben pszichológiailag természetes a csodavárás.

A mintegy 37 000 főnyi magyar orvostársadalom legnagyobb létszámú szakmai csoportja a családorvosoké. Valószínűsíthető, hogy körükből kerül ki szintén a legnagyobb számban a paramedicinális módszereket alkalmazó orvosoké. Mivel ezeket az eljárásokat az OEP nem finanszírozza, magánpraxis keretében gyakorolhatók. Helyes, ha ez a medicinális tevékenységtől időben és térben (más helyiségben) szigorúan elválasztva történik. Egy ekként működő, szerző által személyesen ismert kolléga pl. meg van győződve arról, hogy ha valaki meghatározott szögben három gyakori faféleség valamelyikének törzsére tenyérrel támaszkodik, életerő, energia áramlik bele. Másik kolléga végstádiumú tumortól szenvedő édesanyját talpmasszázzsal kezelte, aki így haláláig jobban elviselte fájdalmait. Együttérzést kiváltó, szomorú példa.

Szerzőnek az nem volt a célja, hogy kollégák hadát magára haragítsa, de szeretett volna igyekezete szerint tárgyilagos képet adni olyan témakör egy részéről, amely sokakat, betegeket, alkalmazó és nem alkalmazó kollégákat egyaránt érint. Nem szeretné, hogy e közlemény vitairattá váljék.