

Плацебо

Как используется плацебо в современной медицине, зачем врачи назначают таблетки-пустышки и стоит ли доверять такому лечению

Дата публикации: 19.09.2013

Первоисточник: <http://ldzh.ru/content/placebo>

В переводе с латыни «плацебо» означает «удовлетворяю во благо» или «понравлюсь», в медицине этим термином принято называть лекарства, в которых отсутствует действующее вещество. Известно, что еще в XIX веке врачи использовали плацебо в том случае, когда было основание полагать, что пациент попросту выдумывает свою болезнь. Но только со временем стало понятно, что в некоторых случаях применение таблетки-пустышки может действительно оказывать терапевтическое действие, если пациент верит, что лекарство подействует.

Практикующие врачи и ученые всерьез заинтересовались плацебо, когда полвека назад врач Генри Бичер опубликовал [научный труд](#) «Мощный эффект плацебо». Работа была основана на клинических исследованиях, в которых приняли участие чуть больше 1000 человек, страдающих различными заболеваниями. Бичер утверждал, что благодаря действию плацебо у 35% пациентов исчезли симптомы болезни.

Как это работает

Исследователи выяснили, что эффективность применения плацебо зависит от заболевания. Лучше всего «пустышки» работают при болезнях, связанных с деятельностью нервной системы: бессоннице, депрессии, импотенции. В этих случаях таблетка из мела или лактозы (молочного сахара), которую врач выдает за новейший препарат, порой помогает пациентам лучше настоящего лекарства. Плацебо оказывает некоторое положительное действие при проблемах с кишечником и мочевым пузырем. Но почему это происходит, доподлинно не известно. Возможно, терапевтический эффект плацебо связан с психологическим состоянием человека — пациент ожидает выздоровления. Чрезмерная нагрузка на нервную систему играет значительную роль в развитии многих заболеваний, даже стресс иногда приводит к функциональным нарушениям в организме. Вполне вероятно, что нервная система также способна восстанавливать функцию внутренних органов. Если это утверждение справедливо, то плацебо заставляет организм человека поверить в собственные возможности.

Когда дело доходит до заболеваний, в которых нервная система не задействована, эффект плацебо отсутствует. «Пустышки» не помогают от рака, не работают при бактериальной инфекции, победить такие болезни им не под силу.

Когда применяется

Плацебо используется при проведении клинических исследований. Для изучения эффективности нового лекарства или нового способа лечения его действие оценивается в сравнении с плацебо. Одна группа пациентов получает настоящий препарат, а другая «пустышку»,

неотличимую по внешнему виду и вкусу. Этот метод известен с конца 1930-х годов, и в настоящее время его применение ограничено по этическим причинам — пациенты одной из групп фактически не получают никакого лечения. В соответствии с принципами Хельсинкской декларации Всемирной медицинской ассоциации эффективность и безопасность новых лекарств необходимо оценивать в сравнении с лучшими из имеющихся способов лечения. Плацебо-контролируемое исследование проводят только в том случае, если признанного метода лечения не существует и здоровье пациентов не будет подвергнуто серьезному риску. Участников исследования информируют о том, что одна из групп будет получать «пустышку» и выбрать группу пациент не сможет.

Врачи назначают плацебо для лечения «профессиональных» больных. Для таких пациентов смыслом жизни становится болезнь, они отнимают время у других докторов, хотя помочь им может лишь психотерапевт. «Пустышка» может принести пользу, ведь у такого средства нет побочных эффектов, но есть вероятность, что терапевтический эффект будет достигнут, тревога и заикленность на заболевании снизится.

Эффект плацебо наблюдается при использовании гомеопатических препаратов, таблеток и мазей с недоказанной эффективностью, которые рекламируют повсюду. Люди покупают чудодейственное средство, утверждая потом, что оно по-настоящему действенное. Почему такое происходит — загадка для врачей, которые точно знают, что «пустышка», увы, не лечит. Известному биохимику Лайнусу Полингу удалось заставить миллионы людей поверить, что витамин С (аскорбиновая кислота) — отличное средство для профилактики и лечения простуды. Многие до сих пор пьют витамин С в период эпидемии гриппа, хотя клинические исследования доказали неэффективность данного метода. Это не более чем самовнушение, реального клинического смысла подобная профилактика не имеет.

Переоценка ценностей

Исследования Генри Бичера [подверглись](#) тщательному анализу в 1995 году. Было установлено, что его научный труд не содержит убедительной доказательной базы, а значит, ни о каком «мощном эффекте плацебо» не может быть и речи. На состояние больного влияет ряд факторов, с которыми может быть связано улучшение самочувствия. Так, спонтанное выздоровление или колебание симптомов можно принять за результат действия плацебо. К неправильному восприятию пациентом собственного состояния могут привести невротические расстройства, больному может только казаться, что он выздоровел. Ученые склонны говорить об эффекте лечения «пустышками» как о мифе или называть его «неспецифическим эффектом», который невозможно предсказать заранее.

Автор: Олег Кучерявенко — врач, руководитель Европейского отделения Международной рабочей группы по доказательной медицине, магистрант (МРН) Лондонской школы гигиены и тропической медицины.