

ZNAČAJ I ULOGA ALTERNATIVNE MEDICINE U LIJEČENJU

Selma Dohranović^{1*}, Tamara Bosnić², Sanida Osmanović³

¹Zeni-lijek Apoteka "Dom zdravlja" Gazi-Husrefbegova 25, Zavidovići, BiH,

² Agencija za lijekove i medicinska sredstva BiH, Kontrolni laboratorij, Titova 9, Sarajevo, BiH,

³Univerzitet u Tuzli, Prirodno-matematički fakultet, Univerzitetska ⁴, Tuzla, BiH

pregledni rad

Sažetak

U ovom radu navedeni su razlozi zašto se ljudi sve više okreću alternativnoj i komplementarnoj medicini, prednost ovih metoda u odnosu na konvencionalnu medicinu i farmaceutsko-hemijske preparate, kao i istraživanja i statistike o korištenju alternativne medicine. Da bi se bolje shvatili značaj i uloga alternativne medicine u liječenju, osim podjele opšte medicine, objašnjene su i grane alternativne medicine sa posebnim osvrtom na metode liječenja vezane za farmaceutsku struku, a to su homeopatija, fitoterapija i aromaterapija. U poglavlju o homeopatiji navedeni su oblici i primjena homeopatskih lijekova, kao i njihova prednost u odnosu na klasične lijekove. Fitoterapija kao najstariji oblik medicine koristi se ne samo u liječenju, već i u prevenciji mnogih bolesti. Biljne lijekove podržala je i Svjetska zdravstvena organizacija koja pruža pomoć nastojanjima nerazvijenih zemalja da povećaju upotrebu biljnih lijekova i time troše manje ionako ograničenih sredstava na gotove tvorničke lijekove. Aromaterapija kao sastavni dio fitoterapije polako zauzima svoje zasluženo mjesto u savremenoj medicini. Eterična ulja ostvaruju svoje dejstvo na sve ćelije organizma i tako ga vraćaju u ravnotežu. Opisani su načini primjene kao i djelovanje na organizam. Navedeni su razlozi vraćanja prirodnom liječenju i smanjenju bolničkih troškova i upotrebe sintetskih lijekova koji ponekad nanose više štete nego koristi.

Ključne riječi: alternativna medicina, prirodni način liječenja, homeopatija, fitoterapija, aromaterapija.

Uvod

U vrijeme savremene tehnologije, čudesnih otkrića hemije i biologije i novih lijekova koji, po liječnicima moderne medicine i farmaceutskoj industriji liječe mnoštvo tegoba i bolesti, sve više ljudi privlači prirodna medicina. Ljudi uviđaju da konvencionalna medicina nije u mogućnosti riješiti sve probleme, a da je izlječenje koje se zasniva na prirodnim lijekovima i prikladnom načinu života neagresivno i znatno pristupačnije nego uzimanje jakih sintetskih lijekova. Možda je u svemu najvažnije to što je takav način usmjeren na održavanje zdravlja cjelovite osobe, a ne usredotočuje se samo na simptome bolesti, te pokušava spriječiti bolest, umjesto da je samo liječi kao što to radi konvencionalna medicina.

Prirodna medicina nudi trajno dobro zdravstveno stanje zato što vodi računa o pojedinčevu načinu života i bavi se cijelom osobom- njezinim tijelom, umom i duhom, a ne samo simptomima lošeg zdravlja.

Znanstvenici kažu da je alternativna medicina pseudoznanost koja nalikuje alhemiji, a da pacijenti potpadaju pod placebo efekat. Ali, da li je to tako? Ako su biljni i homeopatski preparati samo placebo, šta onda dovodi do izlječenja tokom njihovog korištenja? Ako su samo placebo, zbog čega se stotine monografija biljnih droga nalazi u Farmakopeji, zvaničnoj i najvažnijoj knjizi farmaceutske struke i savremene medicine? Zašto su homeopatski preparati uvršteni u najnovije izdanje Evropske Farmakopeje? Izlječenje i poboljšanje stanja organizma su očigledni,

iako tačan mehanizam djelovanja ovih preparata nije poznat. Ali, tačan mehanizam djelovanja nije poznat ni za ciklosporin, bretilijum i mnoge druge lijekove koji se uveliko koriste. Onda, ako su fitoterapija i homeopatija pseudoznanost, zašto su u savremenim udžbenicima farmakologije toliko puta upotrijebljeni izrazi vjerovatno, najvjerovatnije i smatra se. Tim riječima ne bi trebalo biti mjesto među činjenicama i dokazima. Konvencionalna medicina ne priznaje određene oblike alternativne terapije, jer ne postoje potpuna i dobro organizovana klinička ispitivanja koja bi pokazala i dokazala njihovu djelotvornost. Ali i kada postoje određena klinička ispitivanja, kao što je slučaj sa homeopatskim preparatima gdje su čak i dvostruko slijepa, placebo kontrolirana ispitivanja dokazala uspješnost, pa čak i prednost u odnosu na klasične sintetske lijekove, konvencionalna medicina se odnosi sa podcjenjivanjem i nepoštovanjem. A zašto? Pa jedan od razloga je i taj što je konvencionalna medicina postala unosan posao.

Dok pokušavamo osvojiti znanja budućnosti i proizvesti lijekove koji bi iskorijenili mnoge, još i danas neizlječive bolesti, sve je više istraživača okrenutih proučavanju iskustva prošlosti o liječenju prirodnim sredstvima, u prvom redu ljekovitim biljem. Proučavaju se stari zapisi, nastoje se identificirati biljke skrivene iza različitih imena i otkriti što više starih narodnih receptura. Mnoge fondacije izdvajaju velika sredstva i organiziraju znanstvene ekspedicije u dubine južnoameričkih prašuma i na afrički kontinent pokušavajući od domorodaca saznati njihova znanja o liječenju različitih bolesti prirodnim sredstvima. Nije rijedak slučaj kada neki moderni lijek izađe na tržište da izazove pravu revoluciju, a da se kasnije pouzdano utvrdi da ga je narodna medicina poznavala već stoljećima. Nepogrešiva industrija prirode sintetizira i one spojeve do kojih moderna biologija i hemija nisu još stigle. (Gursky,1989)

Brojni su razlozi zašto ljudi traže alternativne tretmane. Primarni razlog je što tradicionalna medicina ne može ponuditi rješenje ili dos-

tupne opcije kao što su operacija, zračenje ili hemoterapija nisu prihvatljive od strane pacijenata. Neki traže alternativno liječenje da bi zadovoljili svoju znatiželju, a mnogi zbog nezadovoljstva konvencionalnom medicinom traže vlastiti put ka zdravlju (Larson, 2007).

Podjela medicine

Upotreba sintetičkih lijekova i hirurški zahvati radi tretiranja zdravstvenog stanja pacijenta prije samo nekoliko decenija bili su poznati pod pojmom medicina. Danas se takav sistem liječenja sve više naziva konvencionalna medicina i najčešće se primjenjuje u bolnicama i klinikama. Iako je takav vid liječenja često skup i invazivan, ali veoma dobar za hitne slučajeve, nikada ne bi trebalo zanemarivati niti podcjenjivati prednosti konvencionalne medicine. S druge strane, svaki ljekarski tretman koji nije iz oblasti konvencionalne medicine, a pacijenti ga koriste umjesto nje, poznat je kao alternativna medicina. To je zajednički naziv za stotine starih i novih vještina od namještanja kostiju ekstremiteta, uklještenja, liječenja travama i homeopatije, do akupunkture, kineske medicine, ajurvede... Sve alternativne metode koje se upotrebljavaju sa konvencionalnim meto-dama poznate su pod nazivom komple-mentarna medicina. WHO (Svjetska zdravstvena organizacija) koristi nazive i podjelu na *tradicionalnu medicinu* vezanu uz specifičnu kulturu nekog naroda, *komplementarnu* koja nadopunjuje službenu medicinu, *integrativnu* koja uzima najbolje od svih naučno potvrđenih terapija i *alternativnu medicinu* koja je tema ovog rada.

Vrste alternativne terapije

Fitoterapija

Upotreba biljnih lijekova za jačanje oslabljenog tjelesnog sistema, za obuzdavanje simptoma i poticanje vlastite iscjeliteljske snage u tijelu možda je najstariji oblik medicine. Zahvaljujući prirodnoj uravnoteženosti sastojaka u pojedinim biljkama znatno

djelotvornije se može izaći na kraj s neura-vnoteženošću u tijelu i postići obnova zdravlja, nego uz pomoć sintetiziranih lijekova, načinjenih od jednog jedinog sastojka, kakve propisuje službena medicina.

Prema definiciji, fitoterapija je metoda liječenja, ublažavanja te sprječavanja bolesti i tegoba upotrebom cijelih ljekovitih biljaka ili njihovih dijelova (cvjetova, listova, korijena, itd.), te upotrebom sastojaka (eteričnih ulja, ekstrakata i drugih izolata) kao i gotovih pripravaka (čajeve, tinktura, masti, kapsula). Danas mnoge znanstvene discipline hemijski, biodinamički i farmakološki dokazuju opravdanost primjene ljekovitog bilja i pripravaka, pa ponekad i prednost u odnosu na hemijske preparate kod raznih tegoba i poremećaja organizma. Savremena fitoterapija nije samo alternativna medicina, već i dio znanstvene medicine i čini osnovnu prevenciju i pomoć pri izlječenju raznih bolesti (Tanović, 2004). Samo promišljen i adekvatan spoj konvencionalne i alternativne medicine pruža mogućnost i valjane primjene ljekovitog bilja u zaštiti vlastitog zdravlja i ukupnog okruženja. (6)

Biljne lijekove podržala je i Svjetska zdravstvena organizacija koja pruža pomoć nastojanjima nerazvijenih zemalja da povećaju upotrebu biljnih lijekova i time troše manje ionako ograničenih sredstava na gotove tvorničke lijekove (Inglis i West 1986). S ljekovitim biljkama ne može se sve izliječiti, ali se s njima unose u organizam vrlo vrijedne tvari (eterična ulja, vitamini, prirodni antioksidansi, flavonoidi, minerali, enzimi, ...) te ga jačaju i čine otpornijim, poboljšavaju metaboličke procese i odstranjuju štetne tvari iz organizma. Ukoliko se upotrebljava na ispravan način, gotovo da i nema neželjene učinke, a ako ih i ima, tada su oni svedeni na najmanju moguću mjeru.

Svaki biljni lijek sadrži malu količinu određenog broja djelatnih sastojaka od kojih svaki teži uravnoteženju s djelovanjem ostalih. To je potpuna suprotnost načinu na koji djeluje većina lijekova koji se propisuju na recept, a koji redovito sadrže veliku dozu jedne jedine

tvari pa prema tome mogu dovesti do međusobne neravnoteže tjelesnih hemijskih sastojaka i izazvati nove probleme koji će pak zahtijevati daljnje liječenje (Gursky, 1989).

Aromaterapija

Prema definiciji *Internacionalne organizacije profesionalnih aromaterapeuta*, aromaterapija je kontrolisano korištenje eteričnih ulja da bi se uravnotežilo i unaprijedilo zdravlje tijela, uma i duha. Doslovan prijevod aromaterapije (grčki *aroma* – miris, *therapeia* – liječenje) znači liječenje mirisom. Aromaterapija ima utjecaja na emocije, čula, saniranje simptoma. Osnovni princip je holističko djelovanje, što znači da eterična ulja ostvaruju svoje dejstvo na sve ćelije našeg organizma i tako ga vraćaju u ravnotežu. Kupke, masaže, inhalacije, aroma lampice djeluju pozitivno na zdravlje tako što opuštaju i doprinose osjećaju blagostanja. Posljednjih godina za aromaterapiju vlada sve veće interesovanje u svijetu. Ona se često koristi u kući, na klinikama i u bolnicama, na primjer za olakšavanje bola prilikom porođaja, za olakšavanje simptoma neželjenih reakcija na hemoterapiju kod onkoloških bolesnika ili za olakšavanje oporavka srčanih bolesnika.

Eterična ulja odabranih biljaka koriste se u aromaterapiji za poticanje tjelesne, duševne i duhovne ravnoteže i sklada. Misli se da djelotvoran terapijski učinak tih ulja proizlazi iz njihova djelovanja na hormone i druge nositelje hemijskih poruka u tijelu i mozgu.

Zbog vrlo velikog broja hemijskih spojeva sadržanih u eteričnim uljima, postoji široki spektar njihova djelovanja. Najvažnija djelovanja eteričnih ulja su hiperemizirajuće djelovanje, ekspektorirajuće djelovanje, karminativno djelovanje, poticanje lučenja žuči, diuretičko djelovanje, antiflogističko, spazmolitičko i među ostalima najvažnije djelovanje je djelovanje na različite mikroorganizme. Eterična ulja poznata su po svom antibakterijskom, antimikotičnom i antivirusnom djelovanju.

Zna se da hemijski sastojci eteričnih ulja far-

makološki djeluju na tkiva i organe, te hormonski i živčani sistem. Eterična ulja svojim mirisom djeluju i na raspoloženje i emocije, putem receptora u nosu informacija koju nosi miris direktno odlazi u mozak, a postoji još i skriveno feromonsko djelovanje. Također, svako ulje ima svoju energiju, kojom možemo djelovati na ljudsko energetsko polje. Upravo zbog te sposobnosti djelovanja na nekoliko različitih nivoa istovremeno, eterična ulja idealno služe holističkom pristupu koji pokušava dovesti u ravnotežu sve aspekte osobnosti i time djelovati na očuvanje zdravlja pojedinca. Eterična ulja se najčešće upotrebljavaju u masaži. Pacijentu koristi i ulje koje prodiere kroz kožu i pare što ih istovremeno inhalira. Ulja se mogu primijeniti i u kremama (obično u kozmetičke svrhe), mastima i losionima, pa i u napicima (Inglis i West 1986)

Korištenje nekih eteričnih ulja u obliku tečnih preparata za inhalaciju, primjenu na kožu ili per os primjenu poznato je i proučeno, pa je sastavni dio farmakoterapije. Na primjer, inhalacija eteričnog ulja eukaliptusa, kamilice ili nane olakšava disanje kod prehlade, smanjuje otok i sekreciju nosne sluznice. Smatra se da udisanje pare mješavine ulja nane i matišnjaka, u jednakim odnosima, može olakšati tegobe kod upale sinusa. Utrljavanjem preparata koji sadrže terpentinsko ulje, ulje ružmarina, lavande ili borova poboljšava se cirkulacija zbog lokalnog podraživanja kože i izazivanja hiperemije, opuštaju se mišići i smanjuju bolovi kod reumatizma i sličnih oboljenja. Ispiranjem sluznice usta toplom vodom sa dodatkom ulja žalfije, majčine dušice ili kamilice, smanjuje se upalni proces i sprečava infekcija. Eterično ulje karanfilića je poznati zubarski antiseptik, blagi analgetik i još blaži anestetik. Napici ili sirupi sa dodatkom eteričnog ulja timijana, morača i anisa povoljno djeluju kod produktivnog kašlja, olakšavaju iskašljavanje i sprečavaju spazmički kašalj. Poznato je da eterično ulje nane ima klinički potvrđeno pozitivno terapijsko djelovanje kod iritabilnog kolona. Eterična ulja djeluju na kožu tako što prodiru u dermalni sloj kože u kome se razvijaju nove

stanice, potiču i obnavljaju stvaranje zdravih stanica kože nakon oštećenja uslijed djelovanja sunca, opekotina, bora, smanjuju bakterijske i gljivične infekcije, reguliraju lučenje loja uravnotežujući preaktivnu ili nedovoljno aktivnu kožu, te potpomažu oslobađanje i uklanjanje otpadnih metaboličkih produkata. Danas se znanstveno ispituje i utjecaj eteričnog ulja putem kupki (fitobalnearologija). Aromatične kupke pomažu kod bolova u mišićima, kod problema s kožom, cirkulacijom, kod istegnuća tetiva, otklanjaju umor i nesanicu, djeluju umirujuće. Oblozi ili aromakomprese ublažavaju probleme kože, bolove u mišićima i zglobovima. Za reumatske bolove, bolove u mišićima, uganuća upotrebljavaju se tople komprese, za svježja uganuća, opekline, otekline i glavobolja primjenjuju se hladne komprese.

Zanimljiv podatak je da je u 2009.godini vrijednost uvoza eteričnih ulja samo u Kanton Sarajevo iznosila 128,7 miliona KM što dovoljno govori o prepoznavanju njihovog značaja u liječenju mnogih tegoba i bolesti.

Cvjetne esencije

Metoda potiče od doktora Edwarda Bacha, a lijekovi se propisuju za liječenje glavnog uzroka svakog tjelesnog poremećaja-lošeg emocionalnog stanja. Bach je tvrdio da će, ako utječemo na pacijentovu tjeskobu, depresiju, žučljivost ili ogorčenje, nestati fizički simptomi povezani sa tim tegobama. Bach je studirao patologiju i bakteriologiju, diplomirao je u Londonu neposredno prije Prvog svjetskog rata. Budući da je postao nezadovoljan službenom medicinom, prebacio se na homeopatiju, eksperimentirao s homeopatskim lijekovima i u toku rada došao je do zaključka da bi se homeopatsko vjerovanje u važnost pacijenta, a ne u prirodu pacijentovih simptoma, moglo djelotvornije iskoristiti propisivanjem lijekova na osnovi pacijentova emocionalnog stanja. Bach je odabrao 38 vrsta divljeg cvijeća iz kojih je pripremio lijekove. Pri tom je inzistirao da se oni moraju pripremiti po metodi koju je razvio, trebalo je "staviti cv-

jetne glavice na površinu vode, u običnu staklenu zdjelu, i izlagati ih punoj sunčanoj svjetlosti tri sata" prije stavljanja u bocu (Inglis i West, 1986).

Homeopatija

U bukvalnom prijevodu, homeopatija (grč. *homioios* i *pathos*) znači sličnost bolesti. Terapija se zasniva na principu "*slično se sličnim liječi*" (klin se klinom izbija). Homeopati vjeruju da ukoliko neka tvar uzeta u velikoj dozi može izazvati simptome bolesti, onda ista ta tvar, u maloj dozi, može i liječiti istu tu bolest (Kent, 2005)).

Temelj homeopatije je postavio njemački doktor Samuel Christian Friedrich Hahnemann u 18. stoljeću. Homeopati smatraju da homeopatski pripravak (*remedija*) djeluje kao impuls koji stimulira samoiscjeljujuće snage organizma, potiče imunološki sistem i djeluje na mentalnim, emocionalnim i fizičkim razinama osobe. Prednost homeopatije je sto se u liječenju koriste male doze lijeka, zbog čega su rjeđe nuspojave. Rijetke su pojave ovisnosti o homeopatskim pripravcima. Homeopatski su lijekovi, zbog njihove velike razrijeđenosti, potpuno sigurni i ne izazivaju nikakve štetne popratne pojave. Prednost im je i to da se mogu probati bez opasnosti od komplikacija; ako izaberete krivi lijek, on jednostavno neće djelovati. Argumentu da je ovakvo liječenje prvenstveno placebo efekt, suprotstavlja se niz ozbiljnih znanstvenih kliničkih medicinskih ispitivanja. Homeopatski se lijekovi mogu potpuno sigurno uzimati kako s konvencionalnim lijekovima, tako i sa drugim homeopatskim pripravcima. Najčešći oblik uzimanja homeopatskih remedija su granule, ali postoje i lijekovi u obliku tableta, sirupa, kapi, supozitorija, praška, masti i injekcija.

Homeopatski lijekovi liječe isti široki spektar bolesti kao i konvencionalni: gripa, bolesti dišnih putova, alergija, PMS, menopauzne tegobe, gljivične infekcije i kandidijaza, regulacija tjelesne težine, glavobolja, migrena, artritis, uhobolja, probavne smetnje i nadutost, opstipacija, akne, ekcemi, umor, tjeskoba, ne-

sanica, nedostatak koncentracije, odvikavanje od pušenja i mnoge druge. U mnogim zapadnim razvijenim zemljama homeopatija je zakonski priznata i općenito prihvaćena kao sigurna alternativa konvencionalnom liječenju. Homeopatski pripravci, zbog svoje prirode, nemaju prag toksičnosti, ni letalnu dozu. Neke zemlje (Njemačka, Francuska, Velika Britanija, SAD...) imaju homeopatske farmakopeje, a u izradi je homeopatska farmakopeja EU.

Najveća popularnost homeopatije je u Evropi i Aziji, pa tek onda u Americi. Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije u odnosu na broj ljudi koji koristi ovu metodu liječenja, homeopatija se nalazi na drugom mjestu, odmah poslije kineske medicine, a iza nje se nalazi fitoterapija, dok je alopatski način liječenja, poznatiji kao klasična medicina, tek na četvrtom mjestu. Stopa rasta korištenja homeopatskih pripravaka se u razvijenim zemljama kreće od 18-30% godišnje. Britanska kraljevska porodica koristi homeopatsku medicinu kao glavni način terapije još od 1830.g.,a Od prije par godina, homeopatija se integrirala u zdravstveni sistem zemlje. Postoji i pet homeopatskih bolnica, kao i bolnice u kojima se nudi čitav niz drugih prirodnih (alternativnih) terapija. Liječenje se može refundirati iz zdravstvenog osiguranja. Homeopatija je u Njemačkoj službeno priznata i zakonski ravnopravna s klasičnom medicinom. U Indiji ima preko 100.000 homeopata, preko 100 koledža, a homeopatija ima najpovoljniji zakonski status, isto kao u Njemačkoj. Država financira istraživanja, bolnice i specijalizirane klinike. Majka Tereza uključila je homeopatiju u svoju misiju i sama otvorila četiri dobrotvorna homeopatska dispanzera u Kalkuti. Belgijski je parlament službeno priznao homeopatsku praksu. Homeopatski su pripravci službeno priznati u evropskoj zajednici prema aktu broj 92/73/CEE (Kleijnen i sur., 1991). Od 105 kontroliranih ispitivanja, 81 je pokazalo pozitivne rezultate liječenja homeopatijom. Sistematski pregled rezultata 93 neovisnih, nasumice odabranih, kliničkih ispitivanja pokazao je da homeopatija ima pozi-

tivne rezultate kod tretiranja dječjeg proljeva, fibrozitisa, peludne hunjavice, gripe, bolova, popratnih pojava kemoterapije ili radioterapije, iščašenja i infekcija gornjih dišnih puteva (Kleijnen i sur., 1991).

U obliku dvostruko-slijepih, placebo kontroliranih ispitivanja uspješnost homeopatije je dokazana u sljedećim slučajevima: hiperaktivnost i nedostatak pažnje kod djece (Frei i sur., 2005), fibromijalgija (Bell i sur., 2004), reumatoidni artritis (Gibson i sur., 1980), gripa (Kleijnen i sur., 1991), hronična opstruktivna plućna bolest (Papp i sur., 1998), astma i višegodišnji rinitis (Kim i sur., 2005), osteoartritis (Papp i sur., 1998), tegobe u menopauzi (Sevar, 2000) i mnogim drugim.

Refleksologija

Ova prirodna terapija zasniva se na teoriji da na šakama i stopalima postoje refleksne tačke, koje odgovaraju pojedinim organima. Smatra se da pritisak na te tačke može vrlo djelotvorno utjecati na organizam.

Naturopatija

Naturopatija je alternativni medicinski sistem koji se fokusira na prirodne lijekove i vitalnu sposobnost da tijelo ozdravi samo. Naturopatska filozofija favorizira holistički pristup i minimalnu upotrebu operacija i lijekova. Naturopatija se praktikuje u mnogim zemljama, posebno u Sjedinjenim Američkim Državama i Kanadi, i podliježe različitim standardima regulacije i prihvatanja. Naturopat je zdravstveni stručnjak koji primjenjuje prirodne terapije. Spektar djelovanja obuhvata daleko više od posta, prehrane, vode i vježbe, on uključuje i prirodne terapije kao što su homeopatija, akupunktura i biljni lijekovi, kao i korištenje modernih metoda. Bolesti koje naturopati liječe ili ublažavaju uzroke su: alergije, upale, astma, bol u leđima, sindrom hroničnog umora, opstipacija, depresije, sindrom iritabilnog kolona i čirevi, hipertenzija, menstrualni problemi, migrene, ekcem.

Ayurvedska medicina

Ayurvedska medicina je tradicionalni sistem liječenja koji je nastao prije oko 5000 godina u Indiji. Ayurveda je u Indiji tradicionalni oblik liječenja, dok se van Indije ona svrstava u oblast alternativne i komplementarne medicine. Ayurveda i drugi alternativni oblici liječenja prema bolesti se odnose na holistički način, idući čak do zaključka da svaka bolest ima ne samo svoj uzrok već i više značenje. Prehrana, tjelesna aktivnost, vježbe joge, disanja, akupresura, masaža, razni prirodni biljni proizvodi ili lijekovi prakse su koje koriste pobornici alternativne medicine kako bi došlo do ublažavanja bolesti ili pak izlječenja. Akupresura i shiatsu

Objee ove terapije zasnivaju se na pretpostavci da kroz tijelo protiče određena vrsta energije, šireći se kroz kanale koji se nazivaju meridijanima. Smatra se da se pritiskanjem određenih tačaka na tijelu regulira protok energije meridijanima i time poboljšava zdravlje. Akupresura se bavi pritiskivanjem tih tačaka, dok je shiatsu obuhvatniji, pa osim akupresure koristi i brojne druge tehnike.

Akupunktura

To je tradicionalna kineska medicina, stara hiljadama godina. Danas je ona stavljena u kontekst modernog doba i prilagođena zapadnjačkom načinu života. Akupunktura je starokineska metoda liječenja uz pomoć igala koje se zabadaju u određene tačke na koži. Sama riječ je latinskog porijekla (acus-igla, pungere-zabadati). Metoda je dobila ime od evropskih misionara koji su posjetili Kinu krajem 16.st. i prvi donijeli glas u Evropu o liječenju na kineski način. (3)

Istraživanja i statistike

U vrijeme brzog razvoja tehnologije i znanosti, kada su ljekarne prepune lijekova, a u medijima se govori o napredovanju medicine, sve se više ljudi okreće alternativnom načinu liječenja. Usprkos vjerovanju, da ljudi

većinom koriste klasičnu medicinu, istraživanja pokazuju obratno. Statistika govori, da većina ljudi u svom životu kombinira alternativnu i klasičnu medicinu. Korištenje alternativne medicine među odraslim u SAD-u 2002.:55% odraslih koristi CAM jer vjeruju da će im pomoći ako se kombinuje sa konvencionalnom medicinom, 50% smatra da je CAM zanimljivo probati, 26% je koristilo CAM po preporuci konvencionalnih liječnika, 13% je koristilo CAM jer su mislili da je konvencionalna medicina preskupa (Larson, 2007).

Medical Journal of Australia (Australijski medicinski časopis) tvrdi, da otprilike polovica stanovništva razvijenih zemalja koristi alternativnu medicinu. Rezultati ankete Nacionalnog Instituta Zdravlja SAD-a 2004 godine: 36 % Amerikanaca obratilo se alternativnoj medicini u proteklih 12 mjeseci, 50 % je koristilo alternativnu medicinu bar 1 put u životu, 26 % obratilo se alternativnom tretmanu po preporuci svoga liječnika, 74% Amerikanaca želi prirodniji način liječenja, 84% Amerikanaca, koji su koristili alternativne metode kažu, da će se ponovo obratiti alternativni. I ostale studije pokazuju slične brojke. Ankete napravljene u Britaniji govore da se oko 40 % Britanaca bar jednom obratilo alternativni, a 20 % njih koristilo je alternativne tretmane u proteklih 12 mjeseci. Prema CNN-u, polovica svih medicinskih škola sada nudi tečajeve alternativne medicine. Svjetska Zdravstvena Organizacija procjenjuje, da se 80% stanovništva oslanja na alternativnu medicinu kao osnovni način brige o zdravlju. U 1993. godini Amerikanci su potrošili oko 1,5 milijardu dolara na biljne lijekove. U zadnjih desetak godina vlada SAD-a potrošila je više od 22 milijuna dolara na istraživanja u području alternativne medicine. Svjetska Zdravstvena Organizacija izabrala je tradicionalnu kinesku medicinu za propagiranje zdravog načina života u 21 stoljeću. Vlada Velike Britanije otvorila je pet homeopatskih klinika. Trećina Američkih medicinskih fakulteta, među njima Harvard, Yale, John's Hopkins, Georgetown, sada nude doktorate na

temu alternativne medicine (Papp i sur., 1998). Interesantan podatak, ali ne iznenađujući je da samo 12% odraslih koristi CAM uz konsultacije sa stručnjacima za komplementarnu i alternativnu medicinu, a 88% uzima odgovornost za vlastito zdravlje i koristi alternativnu terapiju bez konsultacija za stručnjacima. Najčešće korišteni prirodni proizvodi u SAD-u su ehinacea 40,3%, ginseng 24,1%, ginkgo biloba 21,1 %, glukozamin 14,9 % , nadomjesci češnjaka 19,9%, riblje ulje i omega masne kiseline 11, 7%, đumbir 10,5 %, soja 9,4 % (Larson, 2007).

Zaključci

Alternativna medicina je rastući trend u svijetu jer je jeftinija, pristupačnija i manje agresivna prema organizmu nego što su to metode konvencionalne medicine koje osim sintetskih preparata uključuju hirurške zahvate i hemoterapiju.

Prirodna medicina nudi trajno dobro zdravstveno stanje zato što vodi računa o pojedinčevu načinu života i bavi se cijelom osobom, tijelom, umom i duhom, a ne samo simptomima lošeg zdravlja.

Usprkos vjerovanju, da ljudi većinom koriste klasičnu medicinu, istraživanja pokazuju obratno. Statistika govori, da većina ljudi u svom životu kombinira alternativnu i klasičnu medicinu.

Zbog sve češćeg korištenja alternativnih metoda liječenja, u SAD-u je 1998. osnovan „Nacionalni Centar za Dopunsku i Alternativnu Medicinu“.

Alternativna medicina postaje rastuća industrija, bilo kao rezultat ograničenja konvencionalne medicine, bilo zbog njene neefektivnosti i postaje veoma unosan posao.

Homeopati u liječenju koriste male doze lijeka, zbog čega su rjeđe nuspojave kao i pojave ovisnosti o homeopatskim pripravcima.

Homeopatski lijekovi liječe isti široki spektar bolesti kao i konvencionalni: gripa, bolesti dišnih putova, alergija, PMS, menopauzne tegobe, gljivične infekcije i kandidijaza, regulacija tjelesne težine, glavobolja, migrena, artritis, uholbolja, probavne smetnje i nadutost, opstipacija, akne, ekcemi, umor, tjeskoba, nesanica, nedostatak koncentracije, odvikavanje od pušenja i mnoge druge.

Zahvaljujući prirodnoj uravnoteženosti sastojaka u pojedinim biljkama, znatno djelotvornije se može izaći na kraj s neuravnoteženošću u tijelu i postići obnova zdravlja, nego uz pomoć sintetiziranih lijekova, načinjenih od jednog jedinog sastojka, kakve propisuje službena medicina.

Aromaterapija ima utjecaja na emocije, čula, saniranje simptoma, a osnovni princip je holističko djelovanje, što znači da eterična ulja ostvaruju svoje dejstvo na sve ćelije našeg organizma i tako ga vraćaju u ravnotežu.

Literatura

Gursky Z (1989) Zlatna knjiga ljekovitog bilja, Nakladni zavod Matice Hrvatske, Zagreb.

Larson C, Alternative medicine, Health and medical issues today (2007) Greenwood Press, London 43-63.

<http://www.kekomedico.users.t-com.me/>

Prirodno liječenje bolesti i tegoba (2005) Mozaik knjiga, Zagreb.

<http://www.mymarisa.org/tag/fitoterapija>

Tanović N (2004) Ljekovitim biljem i ishranom do zdravlja, Etix, Tuzla.

Inglis B, West R (1986) Alternativna medicina, Grafički zavod Hrvatske, Zagreb.

<http://www.naturprodukt.hr/>

<http://www.farmakon.rs>

<http://www.aromaterria.hr/aromaterapija/aromaterapija.html>

<http://www.mojevijesti.ba/novost/26908/>

Kent JT (2005) Predavanja o homeopatskoj filozofiji, Draslar partner, Beograd

<http://www.homeopatija.com/>

<http://www.mojezdravlje.net/Bolesti/309/vijesti/Homeopatija.aspx>

Kleijnen J, Knipschild P, ter Riet G. Clinical trials of homeopathy (1991) British Medical Journal 302:316-23.

<http://www.b92.net/zdravlje>

Kleijnen J, Knipschild P, ter Riet G. Clinical trials of homeopathy (1991) British Medical Journal 302:316-23.

Frei H, Everts R et al. (2005) Homeopathic treatment of children with attention deficit hyperactivity disorder: a randomized, double blind, placebo controlled crossover trial. European Journal of Pediatrics 164:12.

Bell IR, Lewis DA 2nd et al. (2004) Improved clinical status in fibromyalgia patients treated with individualized homeopathic remedies versus placebo. Rheumatology 43: 577-582.

Gibson RG, Gibson SLM, MacNeill AD, Buchanan WW. (1980) Homeopathic therapy in rheumatoid arthritis: evaluation by double-blind clinical therapeutic trial. British Journal of Clinical Pharmacology 9(5): 453-9.

Kleijnen J, Knipschild P, ter Riet G. Clinical trials of homeopathy (1991) British Medical Journal 302:316-23.

Papp R, Schuback G, Beck E. (1998) Oscillococinum in patients with influenza-like syndromes: A placebo-controlled double-blind evaluation. The British Homeopathic Journal 87(2):69-76.

Kim LS, Riedlinger JE, et al. (2005) Treatment of seasonal allergic rhinitis using homeopathic preparation of common allergens in the southwest region of the US: a randomized, controlled clinical trial. Ann Pharmacother 39(4):617-24.

Shealy CN, Thomlinson RP, Borgmeyer V. Osteoarthritic pain (1998): A comparison of homeopathy and acetaminophen. American Journal of Pain Management 8:89-91.

Sevar, R. (2000) Audit of outcome in 829 consecutive patients treated with homeopathic medicine. British Homeopathic Journal 89:4.

<http://savremena.me/alternativna-medicina/sta-je-naturopatija.html>

<http://ayurveda-za-vas.com/>

SIGNIFICANCE AND ROLE OF ALTERNATIVE MEDICINE IN TREATMENT

Selma Dohranović^{1*}, Tamara Bosnić², Sanida Osmanović³

¹"Zeni-lijek" Pharmacy, Gazi Husrefbegova 25, Zavidovići, B&H

²Agency for Medicines and Medical Devices, Control Laboratory, Titova 9, Sarajevo, B&H

³University of Tuzla, Faculty of Science, Univerzitetska 4, Tuzla, B&H

e-mail: selma_dohranovic@live.com

review

Summary

In this work the reasons have been brought as to why people turn more and more to alternative medicine, the advantages of these methods in comparison to the conventional medicine and pharmaceutical-chemical products, as well as the research and statistics about the uses of alternative medicine. In order to understand better the meaning and role of the alternative medicine in curing, other than division of general medicine, other branches of alternative medicine are explained with a special turn to methods of treatment on the methods related to pharmaceutical branch, and those are homeopathy, fitotherapy and aromatherapy.

In the chapter about homeopathy various shapes of the homeopathic drugs are described as well as their advantage to the old drugs.

Fitotherapy as the oldest form of medicine is used not only in treatment but also in prevention of many diseases. Herbal drugs have been supported by the World Health Organisation who gives help to efforts of undeveloped countries to increase the use of herbal drugs and therefore spend less already limited funds on fabricated drugs. Aromatherapy is the fundamental part of fitotherapy and is slowly taking its well earned place in the contemporary medicine. Eteric oils make their way to all cells in our body and therefore bring it into balance. The ways of applying it as well as the effects on the body are described here.

The reasons for returning to natural treatment and decreasing of hospital expenses and the use of synthetic drugs which sometimes make more harm than use are also displayed.

Key words: alternative medicine, natural way of healing, homeopathy, fitotherapy, aromatherapy.