



## Enquête: Når virkningsløse behandlinger virker

For få år siden var det populært blandt fysioterapeuter og andre at behandle muskel- og ledsmerter med såkaldt lavenergi-laser. Man lyste med laseren på de steder, der gjorde ondt, og mange patienter oplevede, at deres smerter lettede. Denne type laserbehandling kræver imidlertid ikke myndighedernes godkendelse og var derfor ikke blevet undersøgt grundigt. Flere forskerhold begyndte nu at undersøge effekten af laserbehandlingen. De foretog såkaldte *dobbeltblindede* undersøgelser, hvor patienterne enten blev behandlet med en rigtig lavenergilaser eller med en attrap, hvor laserlyset var erstattet med lys fra en almindelig pære. Hverken behandlerne eller patienterne vidste, hvorvidt det drejede sig om den rigtige eller den falske laser. Stort set alle undersøgelser viste, at den falske var lige så effektiv som den rigtige lavenergilaser. Dette betyder, at der i princippet var lige så stor effekt ved at blive behandlet med det, der svarer til lyset fra en lommelygte, som med laserlyset. Dette resultat er selvfølgelig en smule ærgerligt for de behandlere, som havde investeret i de ofte meget dyre laserapparater, der åbenbart var virkningsløse i sig selv.

På den anden side: Hvis det ikke er laserlyset, der virker – hvad er det så? Den mest nærliggende antagelse er, at det må dreje sig om det såkaldte *placebo*-fænomen. Ordet placebo er latin og stammer måske fra den folkelige betegnelse for de bønner, man i middelalderen kunne købe hos præsterne. I den moderne betydning af ordet dækker placebobegrebet over det fænomen, at et virkningsløst medikament eller behandlingsmetode ofte kan have en lindrende eller helbredende effekt, hvis patienten er overbevist om, at det drejer sig om et virksomt medikament eller en effektiv behandling. Placebo er altså en fællesbetegnelse for det, der sker, når en kalktæblet, som patienten tror er en kodimagnyl, lindrer en hovedpine; når barnet, der har slået sig, holder op med at græde, når moren eller faren „kysser smerten væk“; og måske det der sker, når zoneterapeuten lindrer en allergi ved at trykke bestemte steder på foden.

Der findes flere teorier om, hvad placebo egentlig er. Man har blandt andet ment, at en bestemt procentdel (ca. 35%) af befolkningen reagerer på placebo, og at disse mennesker skulle være „skruet psykisk sammen“ på en særlig måde. Denne påstand er der tilsyneladende ikke hold i. Placeboeffekten varierer meget og er afhængig af mange forhold. I forbindelse med smertelindring har det for eksempel vist sig, at farvede piller virker bedre end hvide, og at saltvandsindsprøjtninger virker bedre end piller. Man har også ment, at hvis en person får det bedre efter behandling med placebo, så er der ikke tale om en rigtig „fysisk“ sygdom, men snarere om et „psykisk problem“. Denne teori er også forkert. Placebo kan for eksempel lindre smerter, uanset om man kan finde en fysisk skade eller ej.



Andre teorier har forsøgt at forklare de mulige mekanismer bag placeboeffekten. Nogle forskere har foreslået, at placebo virker ved at mindske patienternes angst, men den modsatte forklaring er lige så sandsynlig: at patienterne bliver mindre angste, fordi de oplever, at placebobehandlingen virker. Når vi oplever en virkning af et uvirksomt stof, ser det generelt ud til at hænge sammen med vores *forventning*. Hvis vi får en pille og forventer, at det er en smertestillende tablet, kan vi opleve en virkning. Hvis vi derimod tror, at det er en vitaminpille, vil der ingen placeboeffekt være. Men hvad er det ved vores forventning, der virker? En forklaring kunne være, at der er tale om en virkning af de indre billeder og forestillinger, vi gør os, når vi forventer noget. Hvis vi er sultne og tænker intenst på mad, vil de fleste af os opleve at „tænderne løber i vand“.

Myndighederne kræver i dag, at nye medikamenter er grundigt afprøvede, og at de har vist sig at være mere effektive end henholdsvis medicinalfirmaets, lægens og patientens tro på dets lindrende eller helbredende effekt. Det vil sige, at det er mere virksomt end placebo. Selvom placebo på denne måde indgår i tusinder af medicinafprøvninger hvert år, véd vi altså stadig forbavsende lidt om, hvad placebo egentlig er. Vi må håbe på en øget forskningsindsats, så vi kan lære mere om denne „gratis“ effekt.

*Bobby Zachariae*  
*Professor, cand.psych., dr.med.scient.*