

Juhani Knuuti

Professori



Miten virheellisiin terveysväitteisiin kannattaisi reagoida?

Jokainen lääkäri on varmasti törmännyt virheellisiin terveysväitteisiin. Ne ovat yleisiä erityisesti somessa, mutta myös perinteisissä medioissa. Erilaisia tutkimattomia ihmehoitoja tuodaan esille sekä mainoksissa että erilaisissa terveysteemaa käsittelevissä haastatteluissa.

Toisinaan potilas haluaa jonkin tietyn ja hyvin kalliin tutkimuksen, josta on lukenut. Hän pelkää sairastavansa jotain tautia, mutta pelolle ei ole objektiivisia perusteita. Terveystieteen tilanne on haasteellinen. Onko potilas myös asiakas, joka on aina oikeassa? Pitääkö vaadittu tutkimus kustantaa yhteisillä varoillamme? Onneksi useimmiten asiallinen tieto, keskustelu ja perustelu vievät asiat oikeaan suuntaan.

Lääkärin ammattirooliin ei ole perinteisesti kuulunut virheellisten terveysväitteiden oikomista. On tietenkin totta, että potilaiden hoitaminen ja oman lääketieteellisen osaamisen ja tietotason ylläpitäminen ovat ensisijaisia tehtäviä. Yhteiskunnallinen vaikuttaminen on jäänyt sivurooliin.

Mutta pitäisikö prioriteetin olla toinen? Vaikka työnsä vaikuttaa toivottomalta, kannattaako luovuttaa ja jättää kenttä kokonaan kokemusasiantuntijoille?

Väitän, että lääkärin perinteisten ydintehtävien hoitaminen on sitä helpompaa, mitä paremmin potilaat ovat

selvillä asiallisesta terveystiedosta. Nykytilanne näyttää siltä, että tarvittaisiin ammattilaisten joukkovoimaa puolustamaan tutkittua terveystietoa. Tästä olisi mielestäni hyötyä sekä lääkärin perinteiseen työhön että kansanterveydelle.

Lääkärikunta on ollut tähän saakka varsin passiivista osallistumaan tieteen yleistajuistamiseen. Vain kourallinen lääkäreitä tuottaa yleistajuisia kirjoituksia lääketieteen ajankohtaisista teemoista sekä osallistuu keskusteluun somessa ja verkossa. Tilanne saattaa olla parantumassa, sillä Vastalääke ry on saanut jo joukkoonsa kymmeniä aktiivisia tulevia lääkäreitä, joilla on sekä motivaatiota että osaamista kentällä toimimiseen.

Samat taidot, joita tarvitaan terveystiedon yleistajuistamiseen hyödyttävät myös potilastyötä. Lääkärin työssä asioiden perusteleva ja ylipäätään vuorovaikutus ovat yhä tärkeämpiä.

Mitä sitten kollegan, joka ei ole motivoitunut laajempaan lääketieteen yleistajuistamiseen, kannattaisi tehdä? Mielestäni jokaisen kollegan tulisi huolehtia kahdesta taidosta: kognitiivisten harjojen ja argumentaatiivirheiden tunnistamisesta.

Jokaiseen ihmiseen vaikuttavien kognitiivisten harjojen tunnistaminen on hyödyksi. Sen lisäksi, että kykenee analyttisemmin arvioimaan potilaan toimintaa ja kantoja, harjojen tunteminen



ja tunnistaminen auttavat kehittämään myös omaa ajattelua ja arvioimaan omaa toimintaa kriittisesti. Keskeisimmät tuntemista edellyttävät harhat ovat vahvistusharha sekä valikoitumisharha.

Vahvistusharha on kognitiivinen vireyden puute, jossa yksilö etsii ja havaitsee tietoisesti tai tiedostamattaan vain omia ennakkokäsityksiään tukevaa informaatiota. Vahvistusharhan seurauksena ihminen kerää ja muistaa asioita valikoivasti, ja tulkinnasta tulee harhau-

tunut ja virheellinen. Lääkärit eivät ole tietenkään suojassa tältä harhalta.

Tämän vuoksi jokaisen lääkärin tulisi perehtyä jonkin verran myös lääketieteen ulkopuolella liikkuviin terveysväitteisiin, olivatpa ne totta tai ei. Se, että on selvillä seuraavasta ”ferritiinikohusta” voi auttaa valmistautumaan tulevaisuudessa kyseiseen asiaan vihkittyjen potilaiden kohtaamiseen.

Toinen arkipäiväinen ilmiö on valikoitumisharha, tai oikeastaan sen ala-

tyyppi, selviytymisharha. Selviytymisharha syntyy esimerkiksi tilanteissa, jossa vain tyytyväiset potilaat palaavat hoidon antajan luo uudelleen ja antavat positiivista palautetta. Ne, joihin hoito ei tehonnut tai joille tuli haittavaikutuksia, eivät palaa.

Selviytymisharha johtaa virheelliseen käsitykseen, että annettu hoito on hyvin tehokasta lähes kaikille potilaille. Tämä tekee ymmärrettäväksi myös sen, miksi joillakin lääketieteestä poikkeavien hoitojen antajilla on vahva usko hoitojensa ylivertaisesta tehosta. Harha toimii tietenkin myös asiallisessa lääketieteellisessä hoidossa.

Vuorovaikutus potilaiden kanssa perustuu hyvin paljon argumentaatioon. Sen vuoksi keskeisten argumentaatiovirheiden tunnistaminen on tärkeää. Suuren määrän vuoksi niitä on mahdotonta käsitellä kattavasti tässä kirjoituksessa. Niihin voi perehtyä kirjoitussarjassa, joka löytyy verkosta osoitteesta <https://blogit.ts.fi/terveys-tiede/kriittisen-keskustelun-haasteet-osa-1/>.

Kokemukseni perusteella argumentaatiovirheiden tunnistaminen auttaa tilanteissa, joissa on tarvetta vaikuttaa vastapuolen kantaan esimerkiksi hoitoa toteutettaessa. Argumentaatiovirheiden tunnistaminen ja ymmärtäminen helpottavat keskustelua. Niiden tunnistaminen antaa myös työkaluja asialliselle ja rauhalliselle perustelulle erimielisyystilanteissa.