

Brukere av alternativ behandling – vet de hva de gjør?

Anita Salamonsen

Forsker

NAFKAM

Universitetet i Tromsø

Nordmenns bruk av alternativ behandling er stadig under debatt blant leger, alternative behandlere og forskere, senest i forbindelse med NRK-programmet *Folkeopplysningen*. Det heteste temaet er om det finnes holdbar vitenskapelig dokumentasjon for at alternative behandlingsformer virker. Mange ser et paradoks i at alternativ behandling til tross for mangelfull dokumentasjon omsettes for milliardbeløp årlig. Det diskuteres også om alternative behandlere er seriøse aktører i helsemarkedet. I ulike nettfora har mange og ofte anonyme deltakere moret seg over hvor «lettlurte» og «dumme» brukere av alternativ behandling er. Men, mangler det ikke en viktig stemme i debatten? Hva mener brukerne av alternativ behandling egentlig selv?

Årsaken til at brukerne er lite synlige i debatten kan være sammensatt. Bruk av alternativ behandling skjer på den enkeltes initiativ, og brukerne identifiserer seg ikke nødvendigvis med hverandre. Enkelt personer som har stått fram som “fornøyde brukere” har opplevd latterliggjøring og negative karakteristikk i nettfora og avisinnlegg. I et slikt scenario kan forskning på brukerperspektiver gi nye innspill i debatten. Jeg vil i denne kronikken belyse alternativ behandling sett fra brukernes ståsted, basert på egen og andres forskning. Sitater fra en pasient og Norsk forening for allmennmedisin er hentet fra den nye boken *Alternative veier*, skrevet av Tove Kruse og undertegnede.

Hvorfor alternativ behandling?

Bruk av alternativ behandling *kan* henge sammen med misnøye med og manglende tillit til det offentlige helsevesenet. Dette kan skyldes erfaringer med feilbehandling, bivirkninger eller sviktende kommunikasjon. I andre tilfeller prøver pasienter alternativ behandling fordi helsevesenet ikke har gode behandlingstilbud til dem. Dette gjelder for eksempel en del pasienter med kroniske lidelser. En pasient med kronisk utmattelsessyndrom skriver i *Alternative veier*: “*Det eneste konkrete tilbud jeg har fått underveis, har vært sovemedisin eller beroligende. I beste mening, sikkert*”.

Bruk av alternativ behandling kan også knyttes til folks ressurser. Studier viser at brukere har god utdanning og grei økonomi. Folk flest har i dag tilgang til behandlingsinformasjon ikke bare via leger, men også via internett, bøker, alternative behandlere og sine sosiale nettverk.

Brukere av alternativ behandling er ofte praktisk orienterte. Ved å vurdere alternative behandlingsformer i tillegg til helsevesenets tilbud utvider de sin “verktøykasse”.

Bruk av alternativ behandling kan også henge sammen med en orientering mot et helhetlig syn på kropp, sykdom og helbredelse. En del pasienter sier at de føler seg passivisert i møtet med helsevesenet, og at de har erfart at alternative behandlere vektlegger deres totale og individuelle situasjon, og ser pasientens egeninnsats som en naturlig del av behandlingen.

Kunnskap om risiko er nødvendig

Mange brukere forteller om positiv effekt knyttet til bruk av alternativ behandling, og har tenkt nøye over fordeler og ulemper. Samtidig viser forskning at brukere vet lite om mulige bivirkninger og annen risiko. For eksempel kan enkelte naturmidler som mange regner som "naturlige og ufarlige" ha bivirkninger i seg selv, eller utgjøre en risiko når de kombineres med legemidler. Både pasienter, helsepersonell og alternative behandlere trenger mer kunnskap om risiko ved alternativ behandling.

Brukerperspektivet er viktig!

Leger bør kjenne til pasienters begrunnelser for å velge alternativ behandling, og legge til rette for god kommunikasjon om mulige fordeler og risikoer. Norsk forening for allmennmedisin har lest pasienthistoriene i *Alternative veier*, og responsen deres viser at mange leger tar brukerperspektivet på alvor: *"Fordi vestlig medisin har vært så teknologisk og naturvitenskapelig forankret, kan leger av og til miste det syke mennesket av syne... Vi ser den bioteknologiske medisins begrensning og pasientenes ønske om å lete etter løsninger andre steder der vi så langt ikke strekker til... Vi ønsker velkommen en moderne humanistisk og naturvitenskapelig medisin med evne til kritisk refleksjon i møtet med menneskelig lidelse og med åpenhet mot det ukjente, og arbeider aktivt for det"*.

Den offentlige debatten om alternativ behandling har dreid seg om manglende påviselig klinisk effekt, alle pengene som er i omløp, og manglende kompetanse og etikk hos enkelte alternative behandlere. Kanskje bør brukernes begrunnelser for bruk av alternativ behandling heretter trekkes inn i debatten? Mange brukere føler i liten grad at den ofte polariserte offentlige debatten om alternativ behandling er relevant for dem: Fra deres ståsted må fagfolk gjerne diskutere på TV. Imens er de selv ute i helsemarkedet og leter etter løsninger for sine helseplager.

Slike aktive pasienter stiller nye krav til det offentlige helsevesenet ved at de inkluderer alternative behandlingsformer i sin bruk av helsetjenester.

Brukerperspektivet bør i langt sterkere grad løftes frem både i den offentlige debatten og i forskning og undervisning.