

## Homøpati er effektivt ved fibromyalgi

Homøpati er effektivt, når man behandler patienter med fibromyalgi. Fibromyalgi er en meget misforstået lidelse, som i høj grad kan hæmme patientens liv. Der findes ingen behandling i det etablerede behandlingssystem, men homøopater har væsentlig positiv erfaring med behandling af fibromyalgipatienter, hvilket støttes af klinisk evidensbaseret forskning.

### Forskning - klar evidens for bedring med homøpati

I et nyligt offentliggjort forsøg med 47 patienter med diagnosen fibromyalgi fandt forskerne afgørende bedring hos patienterne i homøpatisk behandling (Relton et al. 2009). Patienterne blev enten behandlet udelukkende med konventionel behandling eller med homøpati i tilslutning med konventionel behandling. Man så markant bedring i funktion, smerter, udmattelse og træthed i den homøopatiske gruppe. Ingen bivirkninger ved den homøopatiske behandling.

### Signifikant effekt i placebo-kontrollerede forsøg

Et vigtigt spørgsmål at svare på er, hvorvidt effekten af homøpatisk behandling er resultatet af den såkaldte placebo-effekt (virkningen af patientens tro på, at det bliver bedre), eller om der er en genkendelig effekt af de ordinerede homøopatiske lægemidler. Forskning af høj kvalitet indikerer, at homøopatiske lægemidler har en effekt. I et studie af over 50 patienter, som fik enten individuelt ordineret homøpatisk medicin eller placebo- (snyde-) piller, sås en klar effekt i gruppen, der tog homøopatiske lægemidler (Bell et al 2004 a ). Hverken patienter eller behandlere vidste, hvem der fik hvad før efter konklusionen af forsøget. Der var markant bedring at se såvel i antallet af smertepunkter som i graden af smerte. Homøpati-patienterne mærkede også forbedring i deres livskvalitet, almentilstand og humør. Forsøget udførtes over 4 måneder. En uvildig, ekstern skønsperson, som ikke havde andet med forsøget at gøre, vurderede patienternes reaktion på behandlingen.

Et tidligere placebo-kontrolleret forsøg på 30 patienter viste også reduktion i antallet af smertepunkter, smerte og forbedret søvn hos de patienter, som modtog homøpatisk medicin i sammenligning med dem, der fik placebo.

### EEG-målinger viser effekt af homøpati

Man fandt også signifikante forskelle ved målinger af fibromyalgi-patienters hjernebølge-mønstre med elektro-encefalo-grafi (EEG) (Bell et al. 2004 b, c). Der var signifikant forskel på homøpati-patienterne og placebo-patienterne. Desuden forbedredes mønstrene markant hos homøpati-patienterne efter 3 og 6 måneder.

### Vejen frem for fibromyalgi-patienter

Mange patienter med fibromyalgi-diagnose bliver frustrerede, fordi de ikke altid bliver taget alvorligt i det etablerede sundhedssystem. Selv om det ikke er en terminal tilstand, påvirker den ofte patientens livskvalitet betydeligt. Det offentlige, patienterne og sundhedspersonale bør lære noget mere om fibromyalgi.

Forskning bekræfter homøopatens positive oplevelser i klinisk praksis. Der bør forskes mere for yderligere at afprøve effekten af homøpati på patienter med en fibromyalgi-diagnose. Nogle forskere har foreslået, at CAM-terapi som homøpati kunne anbefales indenfor rammerne af en multi-komponent-terapi (Langhorst et al. 2008). Homøopater og andre sundhedsbehandlere, som arbejder sammen, vil kunne forbedre disse patienters helbred i meget høj grad.

## Fakta om fibromyalgi

- \* **Kronisk tilstand med muskel-knoglesmerter af ukendt oprindelse**
- \* Ikke-destruktiv (ødelægger ikke knogler, led eller muskler)
- \* Begrænser patientens livskvalitet i meget høj grad
- \* Hyppighed: ca. 2% af befolkningen (Lawrence et al. 1998), under-diagnosticeret?
- \* Oftest hos midaldrende kvinder
- \* Oftest hos mennesker med rheumatoid arthritis og andre autoimmune tilstande
- \* Karakteriseret ved udbredt **muskelsmerter og ømhed** (smertepunkter)
- \* Typisk smerter i nakke, skuldre, ryg, hofter, arme, ben, især ved berøring
- \* Ofte ledsaget af
  - \* Morgenstivhed
  - \* Hovedpine
  - \* Udmattelse
  - \* Søvnforstyrrelse
  - \* Hukommelsesproblemer
  - \* Lysfølsomhed
  - \* Svimmelhed
  - \* Følelsesløshed og primen i arme og ben
- \* Fibromyalgi-patienter lider desuden af
  - \* Irritabel tyktarm
  - \* Blærekontrol-problemer
  - \* Depression
  - \* Ængstelse
- \* **Diagnose:** Udeluk andre tilstande OG tag patientens symptomer i betragtning

## Konventionel behandling har ingen løsning

- \* Dårlige fremtidsudsigter med konventionel behandling
- \* Der findes ingen virksom konventionel behandling
- \* Der findes ingen tydelig evidensbaseret behandling
- \* En vis symptomkontrol med antidepressive og smertelindrende midler

**Andre behandlingsforslag:** motion, uddannelse, kost, kognitiv terapi

## Referencer – homøopatiske forsøg

Bell IR, Lewis DA, Brooks AJ, Schwartz GE, Lewis SE, Walsh BT, Baldwin CM. Improved clinical status in fibromyalgia patients treated with individualized homeopathic remedies versus placebo. Rheumatology, 2004 a. Doi: 10.1093/rheumatology/keh111

Bell IR, Lewis DA, Lewis SE, Schwartz GE, Brooks AJ, Scott A, Baldwin CM. EEG Alpha sensitization in individualized homeopathic treatment of fibromyalgia. Intern J Neuroscience, 2004 b, 114, 1195-1220.

Bell IR, Lewis DA, Schwartz GE, Lewis SE, Capsi O, Scott A, Brooks AJ, Baldwin CM. Electroencephalographic cordance patterns distinguish exceptional clinical responders with fibromyalgia to individualized homeopathic medicines. The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 2004 c, 10(2), 285-299.

Fisher P, Greenwood A, Huskisson EC et al. Effect of homoeopathic treatment on fibrositis (primary fibromyalgia). British Medical Journal 1989; 299: 365–366