

INTEGRATIVNA MEDICINA



Prof. prim. dr. sc. Aleksandar Včev, dr. med.

Klinika za unutarnje bolesti
Medicinskog fakulteta u Osijeku,
Klinički bolnički centar Osijek



ZAPADNA MEDICINA (konvencionalna, školska) temelji se na

- materijalističkom pristupu ljudskom tijelu
- postavlja naglasak na fizičke strukture tijela i organa
- za nju su karakteristične uske specijalizacije - subspecijalizacije
- napredne dijagnostičke tehnologije (ultrazvuk, CT, MRI, PET-CT i dr.)
- postignuća **zapadne znanosti** na području **genetskog inženjeringa, biokemije i farmaceutske industrije**

ZAPADNA MEDICINA krajem 20. stoljeća

- raste primjena **“medicine temeljene na dokazima (znanstvenim)”**

ZAPADNA MEDICINA u 21. stoljeću

- još uvijek ima tretmana koji se koriste u svakodnevnom radu a imaju malu ili nikakvu znanstvenu osnovu
- **“medicinska praksa temeljena na dokazima”** tjera liječnike da se odreknu tih tretmana koji su se dugo rabili
- javlja se i nepovjerenje prema rigoroznim znanstvenim metodama koje imaju ograničenja u primjeni

Mi još uvijek u potpunosti ne razumijemo zašto u rigoroznim znanstvenim istraživanjima bolesnici sa simptomima i znacima bolesti koje su stvarne i potencijalno životno opasne mogu odgovoriti na “PLACEBO” tretmane

To dijelom objašnjava PARADOKS da se usprkos porastu znanstvene podloge konvencionalne medicine bolesnici i neki liječnici okreću prema **KOMPLEMENTARNOJ I ALTERNATIVNOJ MEDICINI**

Definicija NACIONALNOG CENTRA ZA KOMPLEMENTARNU I ALTERNATIVNU MEDICINE - USA

(National Center for Complementary and Alternative Medicine US – NCCAM US) **glasi:**

Komplementarna i alternativna medicina (KAM) obuhvaća veći broj međusobno različitih dijagnostičkih i terapijskih postupaka i uporabu različitih prirodnih produkata koji se koriste u svrhu ozdravljenja ili iscjeljenja oboljelih, a koji **uobičajeno nisu dio medicinske struke i znanosti** i **ne primjenjuju se** od strane **medicinskih stručnjaka**

KOMPLEMENTARNA medicina obuhvaća djelatnosti koje **dopunjavaju** klasični medicinski tretman

ALTERNATIVNA medicina je potpuno **samostalna** u dijagnostici i liječenju

Definicija tradicionalne medicine, prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (WHO):

Zdravstvena praksa, prilaz, znanje i vjerovanje zasnovano na upotrebi

biljnih, životinjskih i mineralnih lijekova, spiritualne terapije, manualnih tehnika i vježbanja

rabljenih pojedinačno ili u kombinaciji

u tretmanu, dijagnosticiranju ili prevenciji oboljenja ili održavanja zdravstvenog stanja

U središtu **ISTOČNE MEDICINE** nalazi se ***idealistička koncepcija o vitalnoj životnoj energiji***

Ljudsko **TIJELO** i **PSIHA** predstavljaju **nedjeljivu cjelinu** i **sastavni dio svemira**

ISTOČNA FILOZOFIJA ZDRAVLJA: jedinstveni sustav pogleda na **odnos** između **ČOVJEKA** i **PRIRODE**, koji je proučavan i kristaliziran tijekom tisućljeća

Velika važnost se daje **obnavljanju** i **regulaciji** **ENERGETSKOG BALANSA CIJELOG TIJELA**, sposobnosti većine organa i tkiva da se obnavljaju i regeneriraju

Naglasak je na PREVENTIVI I ODRŽAVANJU ZDRAVLJA I DUGOVJEČNOSTI

KOMPLEMENTARNA I ALTERNATIVNA MEDICINA

KOMPLETNI SUSTAV ZDRAVSTVENE ZAŠTITE

Dijagnostičko terapijski pristupi koji su različiti od Zapadne medicine

- kiropraktika/osteopatija
- akupunktura/tradicionalna Kineska medicina
- homeopatija
- herbalna medicina
- ayurveda

DIJAGNOSTIČKE METODE: određuju ne/nazočnost bolesti

- iridologija
- kinesiologija
- analiza kose/dlaka
- aura dijagnoza

TERAPIJSKI POSTUPCI: različiti pristupi tretmanu

- masaža
- aromaterapija
- spiritualne seanse
- refleksologija
- hidroterapija

SAMOPOMOĆ: individualno ili u skupini

- meditacija
- disanje i relaksacija
- tjelovježba - **yoga** i **tai chi**
- prehrana (npr. dijete ili post)



Kiropraktička filozofija smatra da je zdrava, jaka elastična i uravnotežena **kralježnica** temelj za normalno funkcioniranje i razmjenu informacija između različitih dijelova tijela i **organskih sustava** s jedne strane i **mozga** s druge strane.

Akupunktura je jedna od najstarijih tehnika na svijetu.

Ona služi za **stimulaciju određenih točaka u tijelu**

(iglama - akupunktura, pritiskom ili toplinom - akupresura)

Moderne verzije su elektro – akupunktura električnim impulsima ili laser akupunktura

Homeopatija (18. stoljeće, Njemačka). Bazira se na konceptu sličnosti i potenciranja organizma da sam počne proces izlječenja stimulacijom s veoma razrijeđenim supstancama iz biljaka, minerala ili životinja. Meta-analize nisu dale dokaz o efikasnosti homeoterapije

Herbal medicine -- also called botanical medicine or phytomedicine -- refers to using a plant's seeds, berries, roots, leaves, bark, or flowers for medicinal purposes. Herbalism has a long tradition of use outside of conventional medicine. It is becoming more mainstream as improvements in analysis and quality control along with advances in clinical research show the value of herbal medicine in the treating and preventing disease



HerbMedPro™, an enhanced version of **HerbMed®**, provides access to the entire database (246 herbs)

Ayurveda znači **život - znanje**. U osnovi stare indijske tehnike liječenja je **traženje ravnoteže**. Primjeri su **yoga** i **meditacija**, kao i redovna detoksikacija organizma kroz sve prirodne otvore na tijelu

ZAŠTO BOLESNICI TRAŽE KOMPLEMENTARNU I ALTERNATIVNU MEDICINU ?

BRITISH MEDICAL ASSOCIATION

4 čimbenika koja su najčešći razlog ovoj pojavi

1. **VRIJEME:** konzultacije s terapeutom su **puno duže** nego s doktorom u klasičnoj medicini
2. **Odnos BOLESNIK – TERAPEUT:** komunikacija je bila na ravnopravnoj osnovi s dosta **empatije**
3. **DODIR:** mnogi tretmani KAM koriste **dodir** (masaža, osteopatija)
4. **KARIZMA:** nepoznat i ezoteričan **jezik** terapeuta impresionira bolesnika

ERNST i sur. 1995.

57,8% želi da koristi sve moguće opcije zdravstvene skrbi

47,9% nada se liječenju **bez nuspojava**

37,9% to im je **posljednja nada** za izlječenje

31,8% nezadovoljno je klasičnom medicinom

28,9% žele i osjećaju da će ih **bolje razumjeti**

8,1% jer naginju neznanstvenim idejama

4,3% nisu stvarno bolesni

3,8% jer im to donosi više

OSTALA ISTRAŽIVANJA

- bolesnici mogu biti **psihološki nestabilni**
- **bogati** zabrinuti za svoje zdravlje
- populacija je naivna, optimistična i lakovjerna
- **nepovjerenje** u znanstvena objašnjenja

50 - 70 % stanovnika **EU, SAD, Kanade** i drugih industrijskih regija koristilo je **KAM** bar **jednom u životu**

KOJI BOLESNICI I KOJA STANJA SU TRETIRANA KAM-om ?

- najčešći razlozi: oslobađanje od simptoma boli i psiholoških poremećaja

BOL: mišićno-skeletni poremećaji kao u artritisu, trauma i bol u leđima

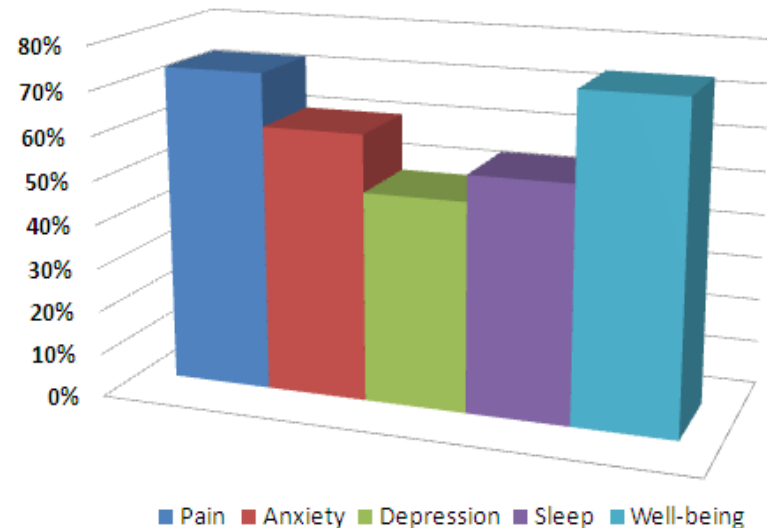
PSIHOLOŠKI POREMEĆAJI: anksioznost, depresija i stres insomnija

Većina bolesnika informacije o KAM dobiva od Prijatelja, članova obitelji, Medija ili interneta, a ne od zdravstvenih radnika. Većina informacija nije medicinski dokazana

KAM najviše koriste:

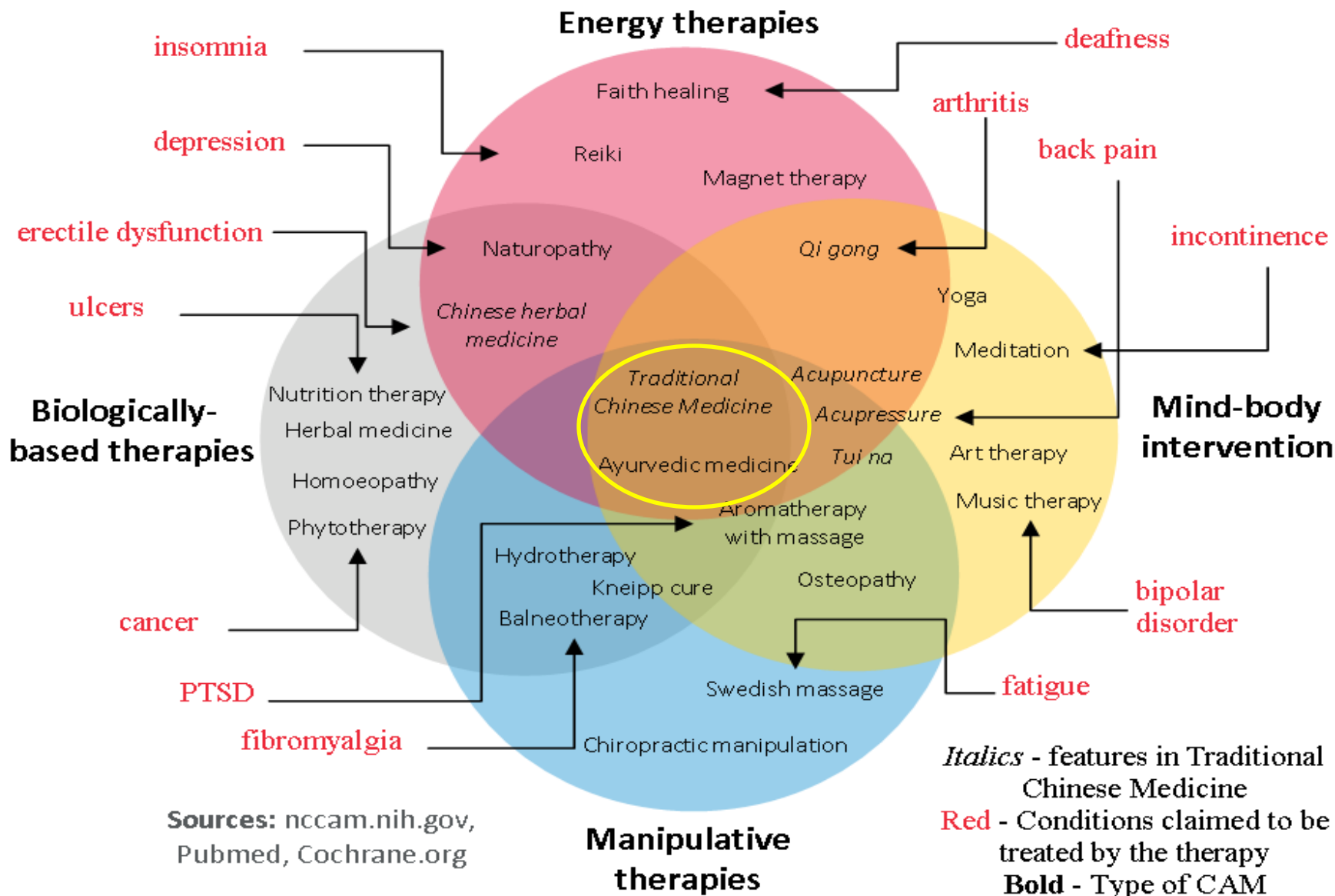
- **mlađi bolesnici,**
- **više educirani i bogatiji**
- **jer žele da imaju aktivnu ulogu u svom liječenju**

Percent Improvement in 32 Veterans Across 158 Treatment Sessions



Tan, Gabriel, Dao, Tam K., Smith, Donna L., Robinson, Andrew and Jensen, Mark P. Incorporating Complementary and Alternative Medicine (CAM) Therapies to Expand Psychological Services to Veterans Suffering From Chronic Pain. *Psychological Services*, 7(3):148-161, 2010.

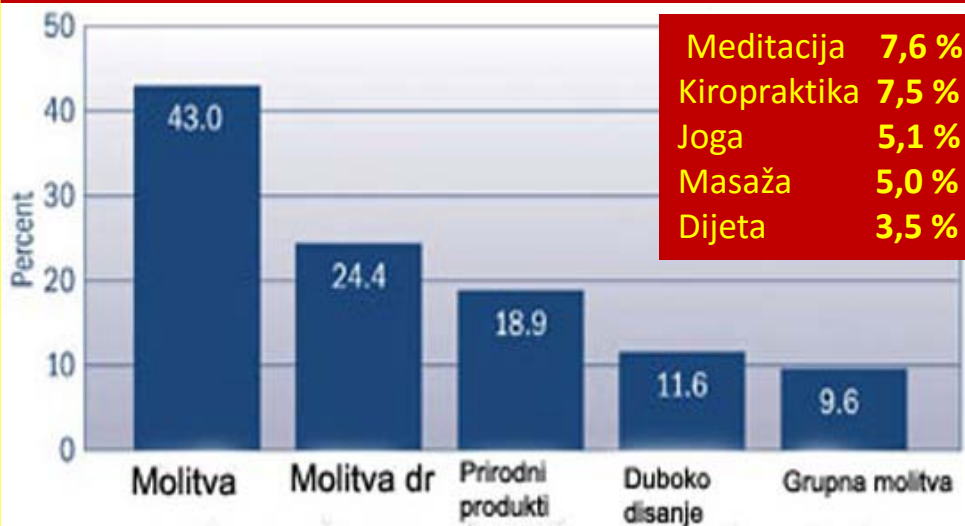
Examples of CAM Based on Type



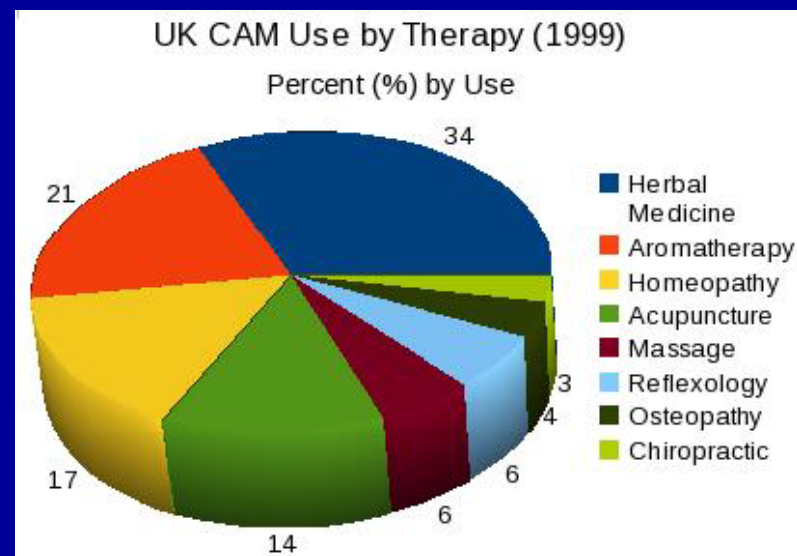
Sources: nccam.nih.gov,
 Pubmed, Cochrane.org

KOJI SU KAM TRETMANI NAJČEŠĆI ?

Prema istraživanjima iz 2002. godine **MOLITVA** najzastupljenija među 5 najčešćih KAM terapija u SAD



| | |
|--------------|-------|
| Meditacija | 7,6 % |
| Kiropraktika | 7,5 % |
| Joga | 5,1 % |
| Masaža | 5,0 % |
| Dijeta | 3,5 % |



- u Kini tradicionalni, **biljni preparati** čine **30 do 50 %** ukupne medicinske potrošnje; kineska medicina, vježbe **98 %**
- Gana, Mali, Nigerija i Zambija: **biljni kućni preparati** u oko 60 % slučajeva za liječenja **visoke temperature** zbog **malariae**
- u San Francisku, Londonu i Južnoj Africi čak **75 %** oboljelih od **AIDS** koristi **i tradicionalnu medicinu i KAM**
- u Njemačkoj je čak **90 %** stanovnika bar jednom u životu koristilo **prirodne lijekove**

Tascilar M. 2006. godine navodi različita iskustva zemalja u korištenju KAM-a:

- **Australija:** naturopatija i bilje **16 %**
- **Novi Zeland:** vitamini, antioksidanti, alternativne dijete, biljna medicina **49 %**
- **SAD - Teksas:** **spiritualne seanse**, vitamini, biljni preparati, fizikalna terapija **83 %**
- **Turska:** biljne preparate **47 %**
- **Japan:** kineske biljke, gljive, hrskavica ajkule, vitamini **45 %**

Houston cancer centar (566 bolesnika) – **39 %** koristi **KAM**

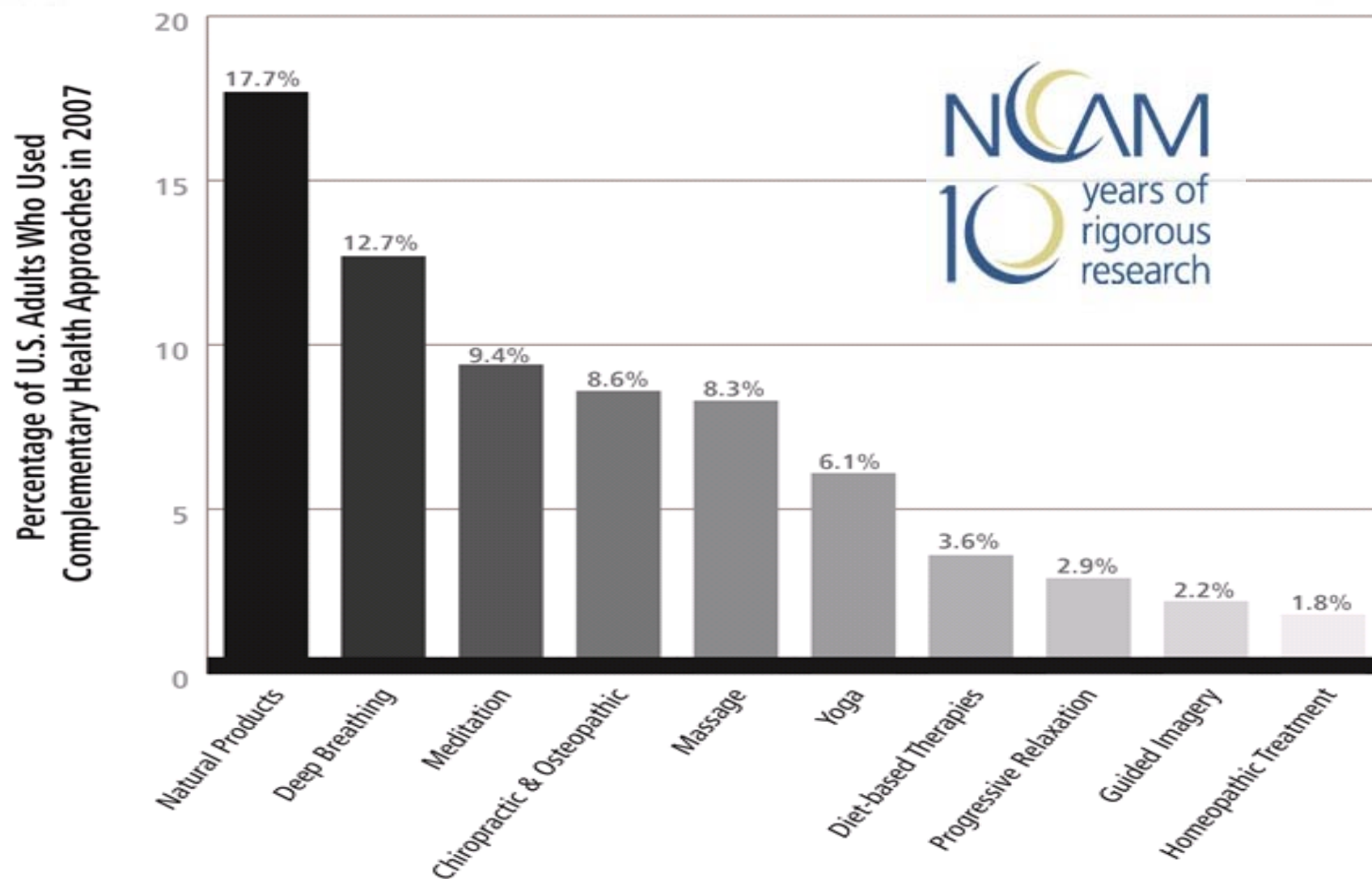
Navedeni razlozi su bili:

KAM koristi prilikom liječenja 27%,
bolje je duhovno stanje 23%, jača imuni sustav 21%.

Najčešće korištene metode su bile:

masaža 19 %, **relaksacijske tehnike 19 %**,
specijalne dijete 18 %, **megavitamini 15 %**. Parker P.A. 2010.

10 Most Common CAM Therapies Among Adults - 2007



Source: Barnes PM, Bloom B, Nahin RL. Complementary and Alternative Medicine Use Among Adults and Children: United States, 2007. CDC National Health Statistics Report #12, 2008.

SAD, država s najjačom zvaničnom medicinom

124 medicinska fakulteta

95 od 124 medicinska fakulteta imaju
programe izučavanja KAM-a



INTEGRATIVNA MEDICINA je usmjerena na **izlječenje** i pri tome uzima u obzir

bolesnika kao cjelinu (tijelo, um i duh) - *holistički i visoko individualiziran pristup,*



uključujući **sve aspekte stila života**

INTEGRATIVNA MEDICINA naglašava **terapeutski odnos** između

bolesnika i liječnika

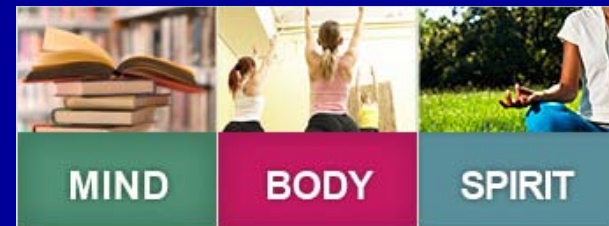


te koristi odgovarajuće terapije, kako **konvencionalne** tako i **alternativne**

U njoj se spajaju najmoderniji znanstveni pronalasci,
posebice oni iz kvantne fizike, s drevnim znanjima o liječenju sa svih krajeva svijeta.

Neki od principa koji definiraju INTEGRATIVNU MEDICINU su:

- Bolesnik i liječnik su **partneri** u procesu liječenja
- Uzimaju se u obzir svi čimbenici koji utječu na zdravlje, blagostanje i bolest, uključujući: **um, tijelo, duh i zajednicu**
- Odgovarajuća **kombinacija konvencionalnih i alternativnih metoda** stimulira *prirodnu težnju organizma k iscjeljenju*
- Kada je moguće, treba koristiti **efikasne intervencije** koje su **prirodne i manje invazivne**
- Integrativna medicina **ne odbacuje konvencionalnu medicinu niti prihvaća alternativne terapije nekritički**
- **Dobra medicina** je zasnovana na **dobroj znanosti**. Njen napredak vuče **želja za novim znanjem**
- Suštinu integrativnog pristupa **ne čini samo koncept liječenja**, već širi **koncept promocije zdravlja i prevencije bolesti**
- **Zdravstveni radnici** trebaju i sami **dati primjer zdravog načina života**



■ Mindfulness
 ■ Self Care
 ■ Professional Care

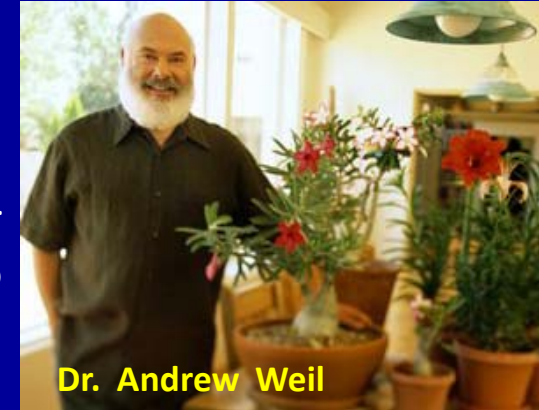
The Arizona CENTER FOR INTEGRATIVE MEDICINE at the **University of Arizona College of Medicine** is leading the transformation of health care by creating, educating, and actively supporting a community that embodies the philosophy and practice of **healing - oriented medicine**, addressing **mind, body and spirit**.

The Center was **founded** in **1994**. by **Dr. Andrew Weil**,

and has focused its efforts in **three domains**:

education, clinical care and research.

The Center was built upon the premise that the best way to change a field is to educate the most gifted professionals and place them in settings where they can, in turn, teach others.



In **2012**, the Arizona Center opened a **PRIMARY CARE CLINIC** in Phoenix



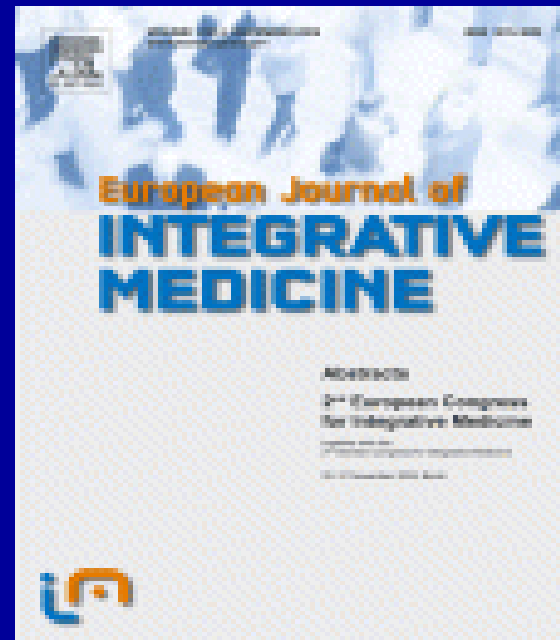
The Arizona Center for Integrative Medicine...

- Developed the first and most comprehensive **academic curriculum in integrative medicine**
- Co-founded the Consortium of **Academic Health Centers for Integrative Medicine**, with Duke University and the University of Massachusetts. The Consortium has **46 member institutions** engaged in clinical, educational, and research programs in integrative medicine.
- Created the **first** Integrative Medicine in Residency program, which is a **national model for training of all physicians in integrative medicine.**
- Offers the **largest Fellowship in the world**, having graduated nearly **1000** Fellows in integrative medicine by 2012, with **120 new practitioners accepted to the Fellowship each year** thereafter.
- Has trained doctors from **47** U.S. states and **15** countries and territories.

The **South African Society of Integrated Medicine** [SASIM] was inaugurated in **2001**. SASIM is an association of medical practitioners in South Africa, who practise, or have an interest in Integrative Medicine



7th European Congress for Integrative Medicine - Beograd 2014.



Scripps Center for Integrative Medicine

American Board of Integrative Holistic Medicine

November 3-7, 2013

Transform Your Practice

& The Future of Medicine

14TH ANNUAL

The Science & Clinical Application of Integrative Holistic Medicine

Vinoy Renaissance St. Petersburg Resort, St. Petersburg, Florida



2013. v Celju je odprla svoja vrata prva hiša integrativne medicine v Sloveniji

2014. HRVATSKO DRUŠTVO ZA INTEGRATIVNU MEDICINU

Kaptol 26, ZAGREB



PIN i 1. Hrvatski kongres
integrativne medicine
5. – 7. rujna 2014.



2014. ZAVOD ZA INTEGRATIVNU MEDICINU - *MEDICINSKI FAKULTET OSIJEK*

Sveučilište J. J. Strossmayer u Osijeku



2015. NACIONALNI CENTAR ZA INTEGRATIVNU MEDICINU
Put hrvatskih branitelja 1, ORAHOVICA