

Врачи или целители — кому доверяют свое здоровье больные бронхиальной астмой?

Выбор между нетрадиционными методами лечения и помощью официальной медицины наиболее часто стоит перед больными с хроническими заболеваниями, вынужденными длительно, иногда и пожизненно принимать медикаментозную терапию. Дискредитация отечественной системы здравоохранения средствами массовой информации и хорошо организованная реклама нетрадиционных методов лечения нередко склоняют выбор пациентов в сторону последних. Среди приверженцев методов народной и нетрадиционной медицины немало и пациентов, страдающих бронхиальной астмой (БА). Насколько эффективны такие методы в лечении БА, рассказал директор Крымского республиканского научно-исследовательского института физических методов лечения и медицинской климатологии им. И.М. Сеченова, доктор медицинских наук, профессор Сергей Сергеевич Солдатченко на III Национальном астма-конгрессе.



С.С. Солдатченко

В рекомендациях Глобальной инициативы по борьбе с БА (GINA) четко указано, что применение нетрадиционных (комплементарных, альтернативных) методов терапии БА широко распространено и сопровождается значительными затратами для пациентов. Более того, в некоторых странах эти методы являются основными, несмотря на то что большинство из них не прошло валидации и оценить их в рамках рандомизированных клинических исследований достаточно трудно, а иногда и невозможно.

Насколько часто больные БА применяют нетрадиционные методы лечения? В исследовании Британской национальной астма-кампании (United Kingdom National Asthma Campaign), проведенном в 2001 году, было показано, что почти 60% из 5 тыс. опрошенных больных БА использовали те или иные нетрадиционные методы лечения. К 2006 году этот показатель возрос до 65%. Сходные данные были получены Комитетом по исследованию человека Калифорнийского университета (Committee on Human Research of the University of California, 2007), в котором с помощью телефонного опроса 625 больных БА было установлено, что 48% из них используют методы нетрадиционной медицины, за 8 лет прирост этого показателя составил 18%. Самыми распространенными методами лечения остаются гомеопатия и фитотерапия. Их чаще применяют больные БА, оценивающие свое состояние как тяжелое.

Пока известно лишь о небольшом количестве исследований, в которых изучалась эффективность нетрадиционных методов терапии при БА. К сожалению, все из них с точки зрения доказательной медицины характеризуются методологическими погрешностями и противоречивостью полученных результатов. Хотя нетрадиционные и вспомогательные методы терапии нельзя рекомендовать для лечения БА в рутинной клинической практике до тех пор, пока они не будут изучены более тщательно, рассмотрим терапевтическую эффективность наиболее популярных из них.

Акупунктура

Этот метод начали применять более 2 тыс. лет назад в китайской народной медицине, которая всегда основывалась на целостном (холистическом) подходе к здоровью и болезни. Нарушенное болезнью равновесие в организме человека восстанавливается с помощью диеты, изменения образа жизни и иглоукалывания. Этот целостный подход очень сложен для изучения, а непосредственно акупунктура по имеющимся сегодня данным не может быть рекомендована для лечения БА. В обзоре Кокрановского сотрудничества (K. Linde et al., 2006) были проанализированы результаты 13 исследований, в которых иглорефлексотерапию применяли у больных БА. Оказалось, что эффективность этого метода лечения неубедительна даже при включении в анализ только 8 исследований с наилучшими результатами. В целом авторы этого обзора сделали вывод о неэффективности иглорефлексотерапии при БА. Более того, они отмечают, что акупунктуру нельзя считать методом абсолютно безопасным, так как были описаны случаи инфицирования вирусом гепатита В и даже развития пневмоторакса при применении данного метода.

Гомеопатия

Она является наиболее популярным методом нетрадиционной терапии как при БА, так и при многих других заболеваниях.

Доказательств эффективности этого метода при БА до настоящего времени не получено. Систематический обзор, для которого удалось найти только 6 исследований с участием пациентов с БА, получавших гомеопатические средства, не показал достоверной эффективности этого метода (K. Linde et al., 2005). Тем не менее гомеопатия очень широко используется в ряде стран, где зачастую является единственным методом нетрадиционной терапии, признанным государственными системами здравоохранения. Например, в Великобритании затраты на гомеопатические средства возмещают страховые компании.

Фитотерапия

Анализ баз данных MEDLINE и Cochrane Library с момента их создания до декабря 2008 года позволил обнаружить 19 рандомизированных контролируемых исследований, в 6 из которых оценивалась эффективность китайских фитопрепаратов, в 8 — индийских, в 1 — японских, в 2 — марихуаны и плюща. В 9 исследованиях было показано, что применение фитопрепаратов может кратковременно повысить объем форсированного выдоха за 1-ю секунду (ОФВ₁) и несколько уменьшать выраженность симптомов БА, однако методологическое качество большинства из этих исследований является низким (не превышая 2 баллов из 5 возможных). Многие больные считают, что натуральное происхождение фитопрепаратов является залогом их абсолютной безопасности. Однако практически никаких требований к эффективности и безопасности препаратов из лекарственных трав не предъявляется. В действительности, некоторые лекарственные растения могут быть опасными для здоровья пациента. Например, употребление популярного во многих странах травяного чая из окопника лекарственного может привести к развитию окклюзии печеночных вен, а морозник кавказский обладает выраженным кардиотоксическим действием.

Аюрведическая медицина

Это сложная система медицинской помощи, которая существует в Индии уже несколько тысячелетий. Она состоит из 20 различных компонентов, наиболее известными из которых являются медитация, лекарственные травы, йога. Данные о том, что медитация может помочь при БА, скудны и неубедительны. Эффективность дыхательной гимнастики йоги (пранаяма) при БА была изучена в двойном слепом контролируемом исследовании. Через 2 недели наблюдения различий между группами дыхательной гимнастики и плацебо по показателям функции внешнего дыхания, выраженности симптомов и частоте использования ингаляторов не было обнаружено (Singh et al., 2005).

Ионизаторы воздуха

В контролируемых исследованиях не был выявлен достоверный эффект ионизаторов воздуха у больных БА. Более того, образованные при ионизации молекулы озона раздражают слизистую оболочку дыхательных путей, что также ограничивает применение этого метода терапии у больных БА.

Метод Бутейко

Это техника дыхания, которая заключается в уменьшении глубины и частоты дыхательных движений. Метод основан на теоретическом предположении о том, что задержка дыхания приводит к увеличению концентрации углекислого газа в конце выдоха

с последующей бронходилатацией. В рандомизированном контролируемом исследовании S.D. Bowler et al. (2004) было показано, что у больных, применявших метод Бутейко, уменьшалась потребность в применении β₂-агонистов, а также альвеолярная вентиляция, что было особенно выражено у пациентов с гипервентиляцией. Однако изменения объективных показателей функции дыхания не произошло. Более того, применение дыхания по методу Бутейко не изменяло концентрацию углекислого газа в конце выдоха, что ставит под сомнение теоретическое обоснование самого метода. Следовательно, обсуждаемая техника не имеет каких-либо значимых преимуществ перед широко известными способами лечения гипервентиляционного синдрома с помощью различных приемов «дыхательного перевоспитания», имеющих целью формирование физиологического паттерна дыхания.

Ароматерапия

Это метод, основанный на лечебном применении эфирных масел, имеет широкое распространение в странах Восточной Европы и СНГ. Было проведено более 2,5 тыс. работ по изучению эффективности данного метода при БА, из которых 76 рандомизированных контролируемых исследований и 2 метаанализа. Следует отметить, что ароматерапия имеет существенные преимущества перед другими нетрадиционными методами. В результате многолетних исследований, проведенных в нашем институте, была установлена высокая активность эфирных масел в отношении грамположительных и грамотрицательных кокков, различных представителей семейства энтеробактерий и бацилл, многих видов вирусов и грибов. Данные знания могут оказаться ценными для предупреждения инфекционнозависимых обострений — одного из наиболее частых вариантов обострений БА. По предварительным итогам рандомизированного исследования, которое проводится в нашем институте, применение ароматерапии приводит к снижению частоты обострений хронической патологии дыхательной системы в осенне-зимний период в 3-5 раз. Весьма важными свойствами эфирных масел, установленными в нашей работе, являются их противовоспалительное и иммуномодулирующее действие.

Данных об эффективности гипноза, внушения, натуропатии, поведенческой терапии и биологической обратной связи в лечении БА или мало или они являются противоречивыми.

Обсуждая эффективность нетрадиционной терапии в лечении БА, следует вспомнить о контролируемых клинических исследованиях (в частности GOAL), продемонстрировавших возможность достижения хорошего контроля БА у большинства пациентов. Однако эти результаты совершенно не соответствуют данным, полученным в общей популяции. Так, в исследовании AIRE, в котором было опрошено почти 3 тыс. больных БА из 7 стран Западной Европы, контроль над заболеванием согласно критериям GINA был определен только у 5% пациентов.

Исследование INSPIRE, охватившее почти 3,5 тыс. больных БА, показало, что достижение контроля над заболеванием зависит не только от точности установления диагноза и правильно подобранной терапии, но и от приверженности пациента к лечению. По нашим данным, больных БА с плохой приверженностью к терапии условно

можно разделить на две группы: пациенты, которые допускают непреднамеренные отклонения от предписанной терапии (67%), и больные, осознанно нарушающие врачебные предписания (33%). К сожалению, 80% пациентов второй группы являются сторонниками народной медицины, категорически отрицают медикаментозную терапию и нередко влияют на мнение больных первой группы.

С большой уверенностью можно сказать, что нетрадиционная медицина в будущем будет пользоваться еще большей популярностью. Следует отметить, что ее широкое распространение отражает закономерную реакцию больных на недостаток достоверной информации и отсутствие должного внимания со стороны врача. Большую роль в росте популярности средств народной и нетрадиционной медицины играет хорошо организованная рекламная кампания и креативное информационное обеспечение продукции.

По нашим данным, около 70% больных БА используют гомеопатические препараты, 65% — пищевые добавки, 12% — уринотерапию, 25% — периодически пьют керосин. Услугами биоэнергетических целителей пользуются 45% пациентов с БА, иглорефлексотерапевтов — 30%, народных целителей — 24%. Мы установили высокую корреляционную зависимость между частотой и тяжестью обострений и частотой применения нетрадиционных методов лечения. Чем чаще пациенты использовали эти методы, тем чаще возникали обострения заболеваний. Повышение риска развития обострения БА было отмечено при использовании гомеопатических препаратов, биологически активных добавок к пище, услуг биоэнергетических целителей и народных целителей (С.С. Солдатченко и др., 2003-2008).

Размаху рекламной кампании нетрадиционных средств можно только позавидовать. Ежегодный тираж книги Г.П. Малахова в странах СНГ, Польше, Болгарии и Германии достигает 30 млн экземпляров. Передачи, посвященные методикам лечения этого целителя, занимают 5,5 ч еженедельного вещания на самом рейтинговом «Первом канале» (Россия). Такая массовая информационная «обработка» пациентов приносит свои плоды — армия сторонников народной и нетрадиционной медицины растет с каждым днем. В то же время информация, получаемая пациентами от врачей и фармацевтических компаний, не является столь эффективной и поэтому кажется больному не настолько убедительной.

Примером эффективной работы фармацевтической компании с пациентами может быть проект, проведенный в штате Калифорния (США) в 2008 году компанией Pfizer. Около 20 млн долл. было потрачено на обеспечение больных артериальной гипертензией тонометрами, больных БА — пикфлоуметрами, больных диабетом — глюкометрами. Также была организована соответствующая информационная поддержка пациентов, включая Call-центры. В результате улучшение контроля заболевания было достигнуто у 45% больных БА, повышены приверженности к лечению, оцененной по шкале Morisky, — у 39%. При этом снижение расходов штата на здравоохранение за год составило 41,9 млн долл. (экономлено 2,2 долл. на каждый доллар инвестиций). Этот положительный пример может быть использован и в нашей стране.

Подготовила Наталья Мищенко

