

# Biyokimyasal Bir Blöf Plasebo

1986 yazında bir İngiliz araştırma grubu, 20 yaş dışı çekilmiş hastaların çenelerindeki şişliğin tedavisi için benzersiz bir tedavi provası yaptılar. Tedavi, hastaların yanaklarına, jinekologların kullandığı türden bir ultrason el aparatıyla masaj yapılmasından ibaretti ve şaşırtıcı derecede başarılıydı. Yöntemin uygulandığı şişlik çeneler, kontrol grubuyla karşılaştırıldığında, % 35 oranında bir başarıyla iyileşmişti.

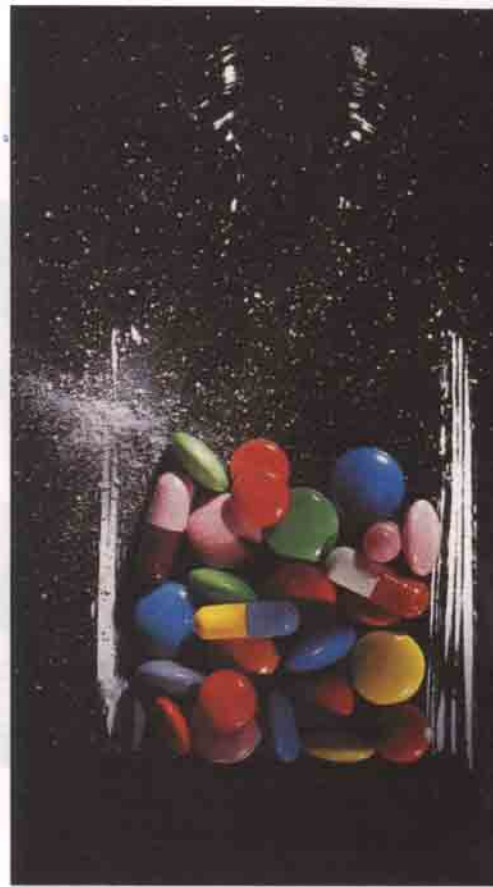
Başarının ardında, tabii ki ultrason dalgalarının tedavi edici herhangi bir özelliğiyle ilintili bir etmen yoktu. Üstüne üstlük, araştırmacılar, testi gerçekleştiren diş hekimleri ve hastalardan habersiz olarak, ultrason aracını aktif değilken de çalıştırmış gibi gösteren bir numarayla, fişi çekilmiş olarak uygulattırılmışlardı. Londralı bu araştırmacılar, tıbbi iknaya dayanan yöntemlerinin en zor durumdaki hastaların tedavisinde bile ne denli başarılı sonuçlar doğurabileceğini göstermişlerdi. Ekibin, bu, etkinliği yadsınamaz tedavi yöntemi, çözümsüz gibi görünen önemli bir sorun yüzünden yaygın olarak uygulamaya konulamayacaktı. Sorun, doktorların, hastalarını kandırmamakla yükümlü oluşlarıydı. Plasebo, yani, hiçbir aktif madde içermeyen "blöf" ilaçlarla tedavi, hastalar bu durumdan haberdar edilirlerse de etkili olabilir miydi? Bu ve bunun gibi sorunlar, sinsî bir plasebo tedavisinin, dürüst bir etkin ilaç tedavisiyle yarışmasını güçleştiriyordu.

Avustralyalı psikolog Nicholas Voudouris, bu ikileme, plasebonun güçlü tedavi olanaklarının, insanları kandırmadan kullanılabilmesi için çözüm öneriyor. Voudouris, gönüllü öğrenciler üzerinde yürütülen bir araştırmada, sahte bir anestezi kreminin, bir dizi zayıf elektrik şokunun verdiği acıyı hafifletebildiğini göstermiş. Işın kayda değer yanı, öğrenciler bütün bu olanların kandırmaca olduğundan haberdar edildiklerinde de kremin işe yarıyor oluşu. Voudouris'e göre işin püf noktası, öğrencilerin

kremin, Pavlov'un zil sesini yiyeceklerle özdeşleştiren köpekleri gibi, ağrının dindirilmesiyle özdeşleştirmeye ikna edilmeleri. Herşey yolunda giderse, Voudouris ve bir romatizma uzmanı, bu yöntemi gelecek yıl eklem ağrıları, sinir harabiyeti gibi kronik ağrı sorunları olan gerçek hastalar üzerinde deneyecekler. Bu hastalara olağan ağrı kesici dozlarının arasına rastgele katılmış plasebo hapları verilecek. Yöntemin cazibesi hastaların daha az sayıda gerçek ilaç yutmalarında yatıyor. Daha az ilaç demek, daha az yan etki demektir. Bir başka olumlu sonuç da, ilaç giderlerinin düşürülebilecek olması.

Yine de plasebonun yaygın ve güvenilir bir ilaç olarak kullanılacağı günler henüz uzakta. Doktorların araştırma amaçları dışında plasebo kullanmaları yasal açıdan olanaksız. Bunun altındaki haklı gerekçelerden birisi, plasebonun yanlış anlaşılacak bir tedavi yöntemi değil, hastaların şikayetlerinin hayal ürünü olduğunu gösteren bir araç olarak kullanılma olasılığı.

Plasebo hakkındaki kavram karışıklıkları, bilimsel literatüre de yansıyor. Son 20 yılın bilimsel makalelerinde yapılan bir tarama, plasebonun, makalelerin ancak dörtte birinde doğru anlamda kullanıldığını ortaya çıkarmış. Makaleler, yanlış ilaç verilmiş veya hiçbir tedavi uygulanmamış vakaları da plasebo terimiyle tartışabiliyor. Bir psikolog duru-



mu, "plasebo terimi bilim adamlarının kafasında, neler olup bittiğini anlamadıklarında, hatta anlamak niyetinde olmadıklarında beliriyor" ifadesiyle özetliyor. Bir başka psikolog ise plaseboya olumsuz yaklaşımı, tıp dünyasının, ilaç firmalarından mali destek almasına dayandırıyor. Kimsenin, içeriği şekerden ibaret haplara patent veya beş kuruş para vermeyeceği ortada.

Şimdilik biyokimya araştırmaları, psikoloji araştırmalarından daha revaçta. Bazı psikologlar, günün birinde plasebo etkisinin de biyokimyasal olgularla açıklanacağını savunuyor. Ne de olsa plasebo ne sihir ne keramet. Bu gibi fikirleri paylaşan araştırmacılar çalışmalarını beyin bağışıklık sistemiyle nasıl "konuştuğu" üzerinde yoğunlaştırıyorlar. Doğrudan bağışıklık hücreleriyle ilişkilendirilen beyin kimyasal maddelerinin kaydının tutulduğu liste günden güne kabarıyor. Bu moleküllerin her biri plasebo etkisinde küçük birer rol oynuyor olabilir.

Plasebo mekanizmasının çalışma biçiminin ayrıntıları şimdilik bir sır. Pavlov'un köpekleri bu sırları araştırmada iyi bir çıkış noktası olabilir. Pavlov, zil sesiyle yiyeceği özdeşleştiren köpeklerin tükürük bezi salgılarını kontrol edebiliyordu. Pavlov, bununla da yetinmeyip, zil sesini duyunca morfin almış gibi uyuşup bilincini kaybeden köpekleri de eğitti. Aradan geçen yıllarda Pavlov'un izinden yürüyen araştırmacılar, uyuşturucu veya zehirli maddelerin etkilerine





koşullandırılmış deney hayvanları eğittiler. Toksik maddelere koşullandırılan bazı hayvanların, plasebo verildiğinde acılar içinde kıvrılarak öldükleri bile gözlemlenmiş.

Normal hayatta, insanlar plasebo dozlarına acımasızca koşullandırıldıklarından tepki vermiyorlar. Elde edilen plasebo etkisi tüm bir yaşamın dayattığı bir koşullanma. Her aspirin yutuşunuzda, beyaz hapla, daha iyi hissetmeyi ister istemez özdeşleştiriyorsunuz.

Araştırmacıları kararsızlık ve şaşkınlığa sürükleyen şey, plaseboların deneylerdeki etkinliğinin, asıl ilaca, plasebonun ve hastalığın çeşidine göre yüzde 0 ile 100 arasında değişen oranda bir başarı sergileyişi. Plasebo tedavisine en iyi cevabı verecek hastaları veya hastalar üzerinde hangi plasebonun en iyi sonucu vereceğini önceden söylemek mümkün olmuyor. Söz gelimi, yeşil bir şeker drajesine olumlu cevap veren bir hasta, pembe bir hap yuttuğunda hiçbir iyileşme belirtisi gösteremeyebiliyor. İşin daha da tuhafı, uygulamaların çoğunda plasebo enjeksiyonları plasebo kapsüllerinden, kapsüller de drajelerden daha etkili oluyor.

Doğru bir zamanlama ve uygun bir ortamda herkesin plasebo tedavisine olumlu yanıt vereceği düşünülüyor. Tedavinin ilk aşamaları en değişken olan dönem. Bu dönemde elde edilen yanıtlar, bütünüyle hastanın önceki ilaçla tedavi deneyimlerinden gelen bilgi birikiminden etkileniyor. Zamanlama çok önemli. Hastaya ilk hafta plasebo, ikinci hafta

morfin verildiğinde, morfinin etkilerinin önemli ölçüde azaldığı görülüyor. Süreç tersine uygulandığında ise, plasebo morfin etkisi gösteriyor. Plasebonun etkisi, ilacı veren doktorun, hastaya söyledikleriyle de ilişkili. Otuz yıl önce Amerika'da, mide spazmı sorunu olan hastalara uygulanan tedavide, bu özel tedavinin sonuçlarının bütünüyle hastalara tedavi sırasında yapılan açıklamalara dayandığı gösterilmiş.

Bu durumda, dürüst doktorlar, plasebonun işe yaramasını nasıl sağlayabilirler? Voudouris'in çalışmalarına geri dönelim... Voudouris, doktorların istedi-



ği etkiyi, uygulanan tedavinin plasebo olduğunu açıklayarak da elde edebiliyor. Voudouris, gönüllü öğrencileri iki gruba ayırmış. Birinci grubun kollarına ecza kokulu beyaz bir krem, ikincinin kollarına pembe, sıradan bir krem sürülmüş. Birinci gruba krem güçlü bir anestezi madde olduğu, ikinciye sıra-



## Plasebo Etkisi

"Ağrı kesici alındığında ağrı diner." Bu önerme doğruluğunu iki etmene borçlu. Birincisi, ilaç alındığında ağrı kesici ilacın farmakolojik etkinliği doğrultusunda ağrı duyumsanmamaya başlar; ikincisi, "ilaç aldım, artık geçer" düşüncesiyle ağrı diner. Evet, ilaçların farmakolojik etkisi vardır, ama bunun yanı sıra, psikolojik olduğu düşünülen "plasebo" etkisi de vardır. Plasebo etkisi, yalnızca ilacın etkisini destekler olmakla kalmayıp, ilaç araştırmalarında kendine başlı başına yer edinmiştir. Bir ilacın farmakolojik etkisi araştırılırken, deneklere (ya da deneklerin bir kısmına) etken madde içermeyen ilaç verilir. Şeker gibi tedavi edici etkisi olmayan maddelerin ilaç şekline sokulmasıyla elde edilen bu ilaçlara Latince "memnun edeceğim" anlamına gelen plasebo adı verilir. Deneklerin asıl ilaca verdikleri yanıtla plaseboya verdikleri yanıt karşılaştırılarak, ilacın etkinliği ölçülür. Plasebo üzerinde yürütülen araştırmalar, denekle-

rin plaseboya verdikleri yanıtın ilacın rengine de bağlı olduğunu ortaya koymuş. Sarı plasebo tabletlerinin depresyona karşı, mavi tabletlerin sakinleştirici, kırmızı tabletlerin ise ağrı kesici etkiyi artırdıkları gösterilmiş.

Plasebo etkisinin kanıtlanması, alternatif tıp yöntemlerinin ve etken maddesinin etkili olmadığı kanıtlanan ilaçların etkinliğinin açıklanmasına da yardımcı olmuştur. Araştırmacıların bugün tartıştıkları konu ise, başlı başına plasebonun ilaç olarak kullanılması... Tahmin edilebileceği gibi her hastalık bu "blöfü" yutmayacaktır. Plasebonun psikolojik kaynaklı ağrı, iştahsızlık, ruhsal depresyon gibi durumlarda etkili olduğu bilinirken, ateş, organik bozukluklar ve kalp yetmezliğinin plaseboya yanıt vermeyeceği gözlemlenmiş.

Tedaviye yönelik etki gösterip göstermeyeceği bir yana, işin etik yönü de ilgililerin üzerinde durduğu bir konu.



dan bir plasebo olduğu açıklanmış. Başlarda, krem uygulandıktan sonra, normal elektrik şokunun yarısı uygulanmış. Sonra normal seviyelere çıkılmış. Krem uygulanan öğrencilerin % 80'i, uygulanmadığı duruma göre çok daha az acı hissettiklerini açıklamışlar. Buna, plasebo kullandığını bilen öğrenciler de dahil.

Bu deneyde yine de hile var. Başta elektrik şoku yarıya düşürülmemiş olsaydı, deney başarısızlıkla sonuçlanacaktı. Ama yine de, bile bile plasebo kullananların da tedaviye olumlu cevap verebildiklerini gösteren bu deney oldukça önemli. Bundan sonraki aşama, gerçek hastalara bilgileri dahilinde plasebo vermek olacak. Tabii, plasebonun verildiği doz gizlenerek.

Plasebo kullanımı, beraberinde ciddi etik sorunları getiriyor. Gerçek hastalara uygulanan plasebonun, karıştırılarak verildikleri gerçek ilaçlardan ayırt edilmelerini çok uzun süre için engellemek olası değil. Hasta, uygulanan gerçek ilaçların bile iyileştirmediği yargısına varmışsa, sahte ilaçlarla sonuç almak, iyice güçleşiyor. Herşeyden önce, hastayı gerçek ilaçlarla tedavi etmek olasıyken, plasebo kullanmanın ne kadar ahlaki olduğu tartışılır.

Plasebo taraftarları, plasebonun bugün etiğe aykırı görünmesine karşın, yarı yüksek fiyatları ve yan etkileriyle, saf gerçek ilaçların etiğe aykırı olabileceğini öne sürüyor. Yine de, plasebo tedavisinin uygulanabileceği hastalıkların sayısının olacağı kesin. Geleneksel tedaviye bütünüyle olumlu yanıt vermeyen hastalıklarda plasebonun çare olmayacağı biliniyor. Kimse plasebo kullanılarak kanseri tedavi etmenin peşinde değil.

Cohen, Phil  
New Scientist, 27 Ocak 1996  
Çeviri: Özgür Kurtuluş