

NHỮNG ĐIỀU KỲ DIỆU CỦA TRỊ LIỆU "ẢO" PLACEBO

Placebo trong tiếng Latinh có nghĩa là "Tôi được yêu thích". Trong y học, đó là các công cụ thay thế hay chữa bệnh bằng tác động "ảo", tức là không hề chữa trị thực sự về lâm sàng đối với bệnh tật, nhưng lại được các bác sĩ

Placebo trong tiếng Latinh có nghĩa là "Tôi được yêu thích". Trong y học, đó là các công cụ thay thế hay chữa bệnh bằng tác động "ảo", tức là không hề chữa trị thực sự về lâm sàng đối với bệnh tật, nhưng lại được các bác sĩ kê đơn cho bệnh nhân dưới danh nghĩa thuốc hay trị liệu tương ứng. Nhưng tại sao chúng ta lại vẫn cần tới thứ sản phẩm thay thế đó, lịch sử xung quanh vấn đề này là câu chuyện khá thú vị. Thực tế cho thấy, tuy bề ngoài có vẻ "vô bổ" nhưng chúng vẫn có ứng dụng khá rộng rãi và có hiệu quả nhất định(!). Các nhà khoa học Hoa Kỳ đã nghiên cứu nhiều năm về placebo và đưa ra những kết luận rất đáng quan tâm.

Thuật ngữ "placebo", hay hiệu ứng placebo (placebo effect), chính thức xuất hiện lần đầu vào năm 1894, để chỉ loại thuốc viên "rỗng" (không có dược chất), dùng qua đường uống, không có giá trị chữa bệnh lâm sàng, thường được các bác sĩ kê đơn cho những bệnh nhân ít có biểu

Một ca phẫu thuật placebo.

hiện bệnh hay triệu chứng lâm sàng rất nghèo nàn, hoặc khi bệnh nhân mắc bệnh tưởng, trên thực tế hoàn toàn khoẻ mạnh. Thông thường, các viên thuốc này có thành phần trung tính và hoàn toàn vô hại, không mang lại tác dụng gì cho cơ thể con người, nói cách khác là không tốt và cũng không xấu, với thành phần chủ yếu là đường hoặc là gluconat canxi.

Có điều đáng ngạc nhiên là sau khi sử dụng những viên "thuốc" này, nhiều người trên thực tế lại cảm thấy sức khỏe của họ được cải thiện hơn nhiều. Ví dụ, trong Chiến tranh thế giới thứ hai, nhiều bệnh viện và cơ sở điều trị dã chiến thiếu thuốc giảm đau trầm trọng, không biết làm thế nào trước những kêu la đòi hỏi của người bệnh, người ta đã có sáng kiến dùng các placebo để thay thế và trong nhiều trường hợp chúng tỏ ra khá hiệu quả, nhiều thương binh và bệnh nhân cảm thấy mình thực sự đỡ đau hơn.

Trước thực tế này, vào năm 1946, Đại học Cornell (Hoa Kỳ) tổ chức hội nghị đầu tiên về tác dụng của placebo lên cơ thể bệnh nhân. Bước phát triển tiếp theo, năm 1955, BS. Henry Beecher ở Boxtton (Hoa Kỳ), tác giả của cuốn sách The powerful placebo (Placebo công hiệu) công bố trên tạp chí y học kết quả 15 thử nghiệm lâm sàng trên những người mắc bệnh thực sự thì thấy có 1/3 những trường hợp này bệnh tật đã được cải thiện đáng kể sau khi sử dụng placebo. Tác giả viết rằng, placebo có thể tạo nên những thay đổi đáng kể đối với sức khỏe, trong đó bao gồm những tác động trực tiếp lên các cơ quan bị bệnh, thậm chí tác động đó có biểu hiện rõ nét hơn so với tác

động điều trị thông thường. Còn Garry Gold, một nhà khoa học khác từ Đại học Cornell (Hoa Kỳ) cho rằng, placebo có hiệu quả trị liệu rất lớn trong điều trị bệnh tim mạch, ngoài ra chúng còn tạo nên trong cơ thể những phản ứng tương tự như khi uống một chút rượu hay sử dụng đồ uống có caffein. Dần dần khái niệm placebo được mở rộng hơn nữa. Người ta thấy rằng có thể tác động lên người bệnh không chỉ bằng các viên thuốc hay mũi tiêm placebo mà còn có rất nhiều thủ thuật y tế khác. Ví dụ, khi ta nói với người bệnh rằng đã thực hiện xong phẫu thuật nào đó (như với khối u ác tính trong ổ bụng), trong khi trên thực tế chỉ rạch một đường sau đó khâu lại, thì trong nhiều trường hợp bệnh nhân vẫn cảm thấy tình hình bệnh tật có tiến triển khá hơn. Thậm chí, ở một số bệnh nhân có thể thấy sức khoẻ tốt hơn khi đo thân nhiệt hay huyết áp.

Một số loại "thuốc" placebo.

Ngày nay, hiệu ứng placebo được tạo nên chủ yếu bằng thuốc uống, dung dịch tiêm hay truyền tĩnh mạch, châm cứu và phẫu thuật hình thức (giả vờ) hay cung cấp thông tin giả nhưng có lợi cho bệnh nhân.

Các nghiên cứu cũng cho thấy, placebo đem lại những hiệu ứng khác nhau đối với những bệnh lý khác nhau. Thông thường, chúng rất hiệu quả trong điều trị bệnh lý dạng tâm thần, tâm sinh lý hay thần kinh, như lo âu, thất vọng, suy nhược, mất ngủ, dị ứng, chàm... và ở mức độ thấp hơn với các bệnh lý như rối loạn chức năng dạ dày, bàng quang hay đái tháo đường.

Placebo thường tỏ ra hữu ích khi điều trị bệnh về thần kinh hay một số triệu chứng cơ năng tim mạch như rối loạn nhịp tim, đánh trống ngực, ngoại tâm thu. Ví dụ, bệnh đau đầu có thể được chữa trị bằng thuốc viên "ảo", hoặc giả vờ châm cứu. Đối với những tổn thương nặng bên ngoài cơ thể hay bệnh truyền nhiễm, placebo ít có tác dụng. Điều này cho phép các nhà khoa học kết luận rằng hiệu quả trị liệu của placebo trên thực tế chỉ xuất hiện với các bệnh lý ít nhiều liên quan tới hoạt động của hệ thống thần kinh.

Ngày nay, placebo còn được sử dụng khá thường xuyên trong các thử nghiệm lâm sàng, khi cần tới các nhóm đối chứng. Ví dụ, một nhóm bệnh nhân sử dụng thuốc thật, trong khi nhóm đối chứng chỉ dùng placebo, nhưng không ai trong số họ biết được trên thực tế đang dùng loại nào. Nếu nhóm dùng thuốc thật có tiến triển tích cực, còn nhóm đối chứng không có thay đổi nào đáng kể, thì điều đó có nghĩa là thuốc đã có tác dụng tốt. Tuy nhiên, vẫn có hiện tượng tình trạng sức khoẻ của một số bệnh nhân khá hơn sau khi dùng "thuốc ảo".

Thử nghiệm mang tính cách mạng nhất nhằm nghiên cứu tác dụng của placebo mới được các nhà khoa học tại Đại học Michigan (Hoa Kỳ) tiến hành gần đây. Nhóm các nhà khoa học dưới sự lãnh đạo của Ion-Kar Zubieta đã tiêm dung dịch muối loãng vào hầu họng của 14 người tình nguyện

và theo dõi phản ứng của họ thông qua điện não đồ. Thủ tục tiêm dung dịch muối khá đau đớn, nhưng họ giải thích cho riêng một số người tình nguyện rằng họ đã trộn cả thuốc giảm đau vào dung dịch này. Cho dù đó là lời nói dối vì mục đích khoa học đơn thuần, nhưng máy móc đã ghi nhận được sự phản ứng hay sự thay đổi tức thì trong não bộ: các tuyến thần kinh bắt đầu sản sinh ra hormon endorphin, và các cơ quan cảm thụ đau đớn đã bị hormon endorphin cô lập hoàn toàn. Ion-Kar Zubieta cho biết, thí nghiệm này đã bác bỏ quan niệm sai lầm tồn tại từ trước tới nay cho rằng, placebo chỉ gây ra hiệu ứng tâm lý đơn thuần, chứ không tạo nên hiệu ứng cơ học, hóa học nào đối với cơ thể cả, trong khi trên thực tế mối quan hệ giữa thân thể và não bộ là rất rõ ràng, hay nói cách khác là não bộ có vai trò rất quan trọng đối với cơ thể, ngay cả đối với điều trị các tổn thương của cơ thể.

Ngược lại với placebo là liệu pháp nocebo hay hiệu ứng nocebo (nocebo effect), cũng xuất phát từ thuật ngữ bằng tiếng Latinh, có nghĩa là "Tôi chắc chắn bị thương tổn". Trong trường hợp này, sau khi sử dụng thuốc "ảo", một số bệnh nhân thuộc nhóm đối chứng có thể cho rằng, tình hình bệnh tật hay sức khỏe của họ không những không được cải thiện, mà còn có chiều hướng xấu đi. Thông thường, những người này có thiên hướng quá nhạy cảm, phủ nhận tác động tích cực của liệu pháp placebo, luôn bi quan và cho rằng bản thân họ không có khả năng phục hồi sức khỏe hay chiến thắng bệnh tật.