



Sve „leče“ osim - smrti

Zašto rizikujemo da bismo se zaštitili od rizika? Tradicionalne, komplementarne i alternativne medicine, TKA prakse predstavljaju se kao prirodne, često nasuprot praksama zvanične medicine koje su prikazane kao sintetičke i veštačke. Ova strategija se oslanja na tendenciju ljudi da zaključuju da je sve što je prirodno ujedno i dobro, a zaboravljaju da je u prirodi mnogo toga što je za nas opasno ili čak smrtonosno

Piše: **Iris Žeželj**

U želji da ostanu zdravi ili se izleče, ljudi često biraju da ne slušaju preporuke lekara i okreću se praksama tradicionalne, komplementarne i alternativne medicine (TKA) poput narodnih lekova, homeopatije i terapije kristalima. Neki ljudi daju prednost zdravstvenim praksama za koje nema dokaza da su delotvorne, pa i onim praksama koje nose ozbiljne rizike. Poslušaće bez preispitivanja preporuke nestručnih lica, a biće sumnjičavi prema zvaničnim preporukama. Kakav je psihološki profil ljudi koji se ovako ponašaju? Kako oni vide svet, kakva su njihova iskustva sa zdravstvenim sistemom do sada?

Projekat pod nazivom Reason4Health (<https://reasonforhealth.f.bg.ac.rs/>) okupio je tim od 14 psihologa da tokom tri godine istražuju ova pitanja. U trenutku kada je projekat otpočeo, u Srbiji nije bilo sistematskih podataka o raširenosti (prevalenci) nepridržavanja preporučenih praksi, kao ni o korišćenju TKA. Drugim rečima, nismo znali

koliko su česta ova ponašanja i da li zaista treba da predstavljaju razlog za zabrinutost. Takođe, nije bilo sistematskog praćenja načina na koji se u medijima izveštava o ovim praksama – nismo znali (izuzev anegdoticnih primera) ni kako se u Srbiji govori o medicini i pseudonauci, da li se izveštava odgovorno ili pak nekritički pozitivno.

Projekat je započeo sistematskom analizom izveštavanja o TKA 10 najpopularnijih onlajn portala u Srbiji. Prikupili smo sve članke koje su na ovu temu objavili tokom druge polovine 2021. godine. Utvrdili smo da su, gotovo bez izuzetka, o TKA izveštavali nekritički, isključivo promovišući različite prakse iz ovog domena. Od 182 teksta, 176 je iznelo nedvosmisleno pozitivan stav prema nekonvencionalnim zdravstvenim praksama. Između 80 i 90 odsto tekstova nije opisalo moguće opasnosti od upotrebe tradicionalne, komplementarne i alternativne medicine, niti je pozvalo na konsultacije sa lekarima. Obećavali su magična izlečenja („Leći sve osim smrti“), pročišćavanje organizma, jačanje imuniteta, vraćanje potencije, kao i obračun sa tipičnim boljkama poput kašlja, glavobolje, nesanice ili nadutosti.

Pri tome su se, namerno ili nenamerno, služili raznovrsnim retoričkim strategijama, odnosno ciljali na neke slabosti publike. Tako su se TKA prakse predstavljale kao prirodne, često nasuprot praksama zvanične medicine koje su prikazane kao sintetičke i veštačke. Ova strategija se oslanja na tendenciju ljudi da zaključuju da je sve što je prirodno ujedno i dobro, a zaboravljaju da je u prirodi mnogo toga što je za nas opasno ili čak smrtonosno.

Pored toga, često su apelovali na tradiciju kada su portretisali prakse, ne samo narodne, već i komplementarne i alternativne medicine, predstavljajući ih kao stare, drevne i ukorenjene u običaje. Ova strategija se oslanja na grešku u zaključivanju koju ljudi prave kada kažu „dobro je zato što se oduvek tako radi“ ili „da nije dobro, ne bi se ljudi tako ponašali vekovima“, zaboravljajući na puštanje krvi, pi-

javice, ispijanje žive ili olova, imobilizaciju beba na nekoliko meseci i slične tradicionalne prakse za koje je nedvosmisleno utvrđeno da su opasne.

POPIS PONAŠANJA: U drugoj fazi projekta mapirali smo koje su to sve TKA prakse prisutne u Srbiji, kako se sve ljudi oglašuju o preporuke lekara i pokušali da preliminarno testiramo pretpostavke o tome koji ljudi su im skloni. Zato smo prvo razgovarali sa grupom lekara različitih specijalnosti, od ginekologije do javnog zdravlja, kao i sa grupom praktičara različitih TKA, od homeopatije do kristaloterapije.

Popisali smo sve oblike zdravstvenog ponašanja koje su pomenuli, dodali sva saznanja iz analize medija u prethodnoj fazi i napravili veoma dugačku listu koju smo zadali onlajn uzorku od 583 ispitanika. Ustanovili smo da se ljudi ne pridržavaju preporuka na različite načine: samolečenjem (npr. uzimaju antibiotike ili lekove za smirenje bez lekarskog recepta), samoinicijativnim menjanjem propisane terapije bez ili uprkos medicinskim savetima (npr. prestaju da uzimaju antibiotike čim simptomi nestanu), kao i odlaganjem ili izbegavanjem obraćanja lekaru (npr. čekaju da simptomi prođu sami od sebe umesto odlaska kod lekara).

Uz to smo uočili da se prakse TKA grupišu u četiri kategorije: alternativni medicinski sistemi (npr. ajurveda), prakse zasnovane na prirodnim proizvodima, new age medicina (npr. meditacija i



majdfulnes) i rituali i običaji (npr. nošenje crvenog konca za zdravlje ili ispijanje voda iz manastira).

Kao što smo očekivali, nepridržavanje zdravstvenih preporuka i korišćenje alternativnih metoda bili su međusobno povezani (ljudi koji se ne pridržavaju preporuka okreću se alternativama), ali smo otkrili i da na njih utiču različiti faktori. Naime, oni koji se nisu pridržavali preporuka bili su ljudi koji su imali nepovoljna iskustva u zdravstvenom sistemu i u njega nisu imali poverenje, dok su ljudi koji su najviše skloni TKA bili ljudi koji su imali neka pogrešna uvere-

nja o zdravlju (npr. da nesvarena hrana ostaje da truli u telu ili da se treba uskladiti sa vibracijama iz okruženja), bili skloni medicinskim teorijama zavere (npr. da je lek protiv raka odavno pronađen ali se krije od javnosti), kao i već pomenutoj pristrasnosti ka prirodnom (uverenju da sve što dolazi iz prirode mora biti bezbedno i dobro).

U trećoj fazi ponovo smo testirali iste ove pretpostavke, ovoga puta prateći zdravstveno ponašanje preko aplikacije koja je u tu svrhu razvijena u okviru LIRA laboratorije pri Filozofskom fakultetu u Beogradu (lira.f.bg.ac.rs). Tako je 230 dobrovoljaca tokom 14 dana svakodnevno izveštavalo o tome da li su tokom dana kršili lekarske preporuke i da li su upražnjavali neke od TKA praksi. Uz to smo ponovo merili njihova iskustva sa zdravstvenim sistemom, poverenje u sistem, kao i različita pogrešna uverenja. Ono što smo utvrdili u prethodnoj fazi, većinom smo ponovo uočili i u ovoj: ljudi koji su doživeli ignorisanje, diskriminaciju ili bili na razne načine nepovoljno tretirani kada su se obraćali lekarima bili su skloni

da se ne pridržavaju njihovih preporuka, dok su ljudi koji su imali neutemeljena ili pogrešna uverenja o bolesti i zdravlju, kao i tome šta je blagotvorno za njih bili oni koji su skloni TKA.

Četvrtu fazu istraživanja osmislili smo tako da utvrdimo rasprostranjenost ove dve velike grupe upitnih zdravstvenih ponašanja u populaciji odraslih građana Srbije. U te svrhe smo intervjuisali 1.004 ispitanika, regrutovanih tako da čine reprezentativan uzorak. Podaci su nedvosmisleno pokazali da su sva ponašanja o kojima smo pitali ispitanike relativno česta, odnosno da su ih mnogi upražnjavali makar jednom u životu. Tako je skoro polovina građana Srbije (48 odsto) uzimalo antibiotike na svoju ruku, a trećina anksiolitike bez preporuke lekara. Neke TKA prakse za koje smo mislili da će biti retke, zapravo to i nisu: svaki peti građanin nosio je crven konac za zdravlje, a svaki sedmi išao je na takozvano „salivanje strave“. Uz to, još jednom smo potvrdili da je poreklo nepridržavanja pre svega u nepovoljnim iskustvima i stavovima prema zdravstvenom sistemu a poreklo okretanja TKA

Prakse TKA grupišu se u četiri kategorije: alternativni medicinski sistemi (npr. ajurveda), prakse zasnovane na prirodnim proizvodima, new age medicina (npr. meditacija i majdfulnes) i rituali i običaji (npr. nošenje crvenog konca za zdravlje ili ispijanje voda iz manastira)

Mediji forsiraju komplikovan jezik

Uz prirodnost i tradiciju, međutim, uočili smo još jednu iznenađujuću strategiju. Mediji se, naime, nisu odrekli ni pozivanja na autoritet nauke, već su ga često zloupotrebljavali paralelno sa ostalim strategijama. Koristili su jezik koji je previše komplikovan ili stručan da bi bio razumljiv prosečnom čitaocu, a nekada i plasirali pseudonaučne tvrdnje bez potkrepljenja. Evo citata iz jednog od članaka: „Sadrži sumporni heterozid glikotropeozid i enzim mirozin pod čijim se dejstvom, u prisustvu vode, ovaj heterozid razlaže na benzil-izotiocijanid, kiseli kalijum-sulfat i glikozu“. Možda ovakva slika izveštavanja nije iznenađenje, ali je važno da razumemo da ovo nipošto nije nevažna, bezopasna ili apolitična oblast koju imamo luksuz da zanemarimo. Važno je takođe da znamo da *ni jedan* od najpopularnijih portala koje smo analizirali u ovoj oblasti nije odgovorno izveštavao. Neodgovorno portretisanje različitih neproverenih praksi kao sveleka (panacee) i ciljanje na slabosti publike može da dovede do pogrešnih ili opasnih zdravstvenih odluka.

pre svega u neutemeljenim uverenjima.

Iako prvi korak u bavljenju ovom oblasti mora da bude opis situacije, u drugom treba da razmislimo o mogućoj primeni dobijenih rezultata. Kada je reč o medijima, bez namere da zvučimo utopistički, ipak vidimo prostor za poboljšanje. Pre svega, ako bi se u izveštavanju o TKA uspostavili jasniji standardi izveštavanja koji postoje u drugim zdravstvenim oblastima – na primer, upućivanje na konsultacije sa lekarom – već bi to bio korak napred. Uz to, mediji mogu da razbiju iluziju o dobronamernoj i neprofitnoj TKA industriji – činjenice govore o tome da je u pitanju visokoprotivna i neregulirana oblast. U okviru projekta raspisan je konkurs za učenike srednjih škola pod nazivom „Pseudonauka u medijima“ u kome su odabrani i nagrađeni najbolji eseji na temu. Patentirana je i radionica za učenike osnovnih škola u kojoj se interaktivno uče digitalnoj i medicinskoj pismenosti, a na veb-sajtu projekta postavljeni su testovi „Prepoznaj apel“, „Testiraj svoje medicinsko znanje“, kao i generator slučajnih medijskih tekstova o TKA, napravljen po šablonu uočenom u analizi izveštavanja. U komunikaciji između lekara i pacijenata, rezultati projekta takođe mogu da posluže da se razbiju neke iluzije. Lekari, naime, mogu da očekuju da pacijent koji modifikuje ili se ne pridržava preporuka i koristi TKA pre pravilo nego izuzetak. Razvili smo stoga i kratak kurs za lekare u kome se opisuju tipične greške u zaključivanju i pogrešna uverenja kojima smo svi skloni, kao i njihova veza sa zdravstvenim ponašanjima.

Naš tim veruje da ulaganje u odgovorno izveštavanje i bolju komunikaciju, kao i adresiranje pogrešnih uverenja, ne treba videti kao gubitak resursa, već kao dugoročni plan za bolje informisanog i racionalnog korisnika zdravstvenih usluga. ❧

**Autorka je redovna profesorka na seminaru za socijalnu psihologiju Filozofskog fakulteta u Beogradu i rukovoditeljka projekta Reason4Health*