

REASON4HEALTH

Rezultati projekta



O projektu REASON4HEALTH

Projekat REASON4HEALTH je trogodišnji projekat koji je finansirao Fond za nauku Republike Srbije u sklopu programa IDEJE.

U toku trajanja projekata, zanimale su nas dve velike grupe upitnih zdravstvenih ponašanja:

Upitna zdravstvena ponašanja

Nepridržavanje
zdravstvenih preporuka
lekara

Na primer, uzimanje antibiotika bez preporuke lekara, samostalno određivanje doze leka, ignorisanje simptoma koji zahtevaju posetu lekaru

Korišćenje tradicionalne,
alternativne i
komplementarne medicine

Na primer, korišćenje homeopatije, akupunktura, biljnih melema, molitve za zdravlje, odlazak kod kostolomca

Kroz pet radnih paketa, pokušali smo da (1) saznamo kako mediji izveštavaju o upitnim zdravstvenim ponašanjima, (2) koja ponašanja su najznačajniji predstavnici ove dve grupe, (3) da li ova ponašanja variraju i na dnevnom nivou, (4) kakva je njihova celoživotna prevalenca u Srbiji i na kraju (5), da li možemo psihološkim intervencijama da utičemo na ljude da budu kritičniji i manje spremni da pribegavaju ovim ponašanjima.

Kako onlajn mediji u Srbiji izveštavaju o tradicionalnoj, komplementarnoj i alternativnoj medicini?



U ovom paketu, naš tim istraživao je kako onlajn mediji u Srbiji izveštavaju o tradicionalnoj, komplementarnoj i alternativnoj medicini.

Pitali smo se:

- Koje nekonvencionalne prakse se pominju i za šta se tvrdi da su dobre?
- Da li mediji prate smernice za odgovorno izveštavanje o zdravlju?
- Kako mediji promovišu upotrebu nekonvencionalne medicine?

Zašto je ovo istraživanje važno?

Izveštavanje o nekonvencionalnoj medicini u medijima treba da bude nepristrasno, sveobuhvatno i zasnovano na činjenicama da bi korisnici mogli da donesu informisane odluke.

Prakse tradicionalne, komplementarne i alternativne medicine mogu da se koriste umesto preporuka zvanične medicine ili zajedno sa njima. Međutim, **oslanjanje na nekonvencionalnu medicinu je u nekim slučajevima štetno po zdravlje**. Može da izazove neželjene reakcije (na primer, neki biljni čajevi mogu da oštete jetru) ili da nas navede da odustanemo od proverenog tretmana koji bi zaista mogao da nam pomogne.

O kojim nekonvencionalnim zdravstvenim praksama se izveštava?

Biološki zasnovani tretmani, pre svega biljni lekovi, bili su najčešća tema medijskih tekstova. Činili su **71%** svih nekonvencionalnih praksi.

Za skoro polovinu biološki zasnovanih tretmana, medijski tekstovi su tvrdili da potiču iz srpske ili ruske narodne medicine.



Biološki zasnovani tretmani u medijima bili su sirupi, melemi, tinkture, čajevi i ulja od biljaka poput belog luka, eukaliptusa, kamilice, majčine dušice, nane, nevena, ruzmarina i sleza; zatim cvetne esencije, napici od sastojaka kao što su đumbir, cvekla i ovas, med, mleko sa kurkumom, jabukovo sirće, neprovereni režimi ishrane poput hibernacijske dijeta.

Za šta se tvrdi da su nekonvencionalne zdravstvene prakse dobre?

“čuva zdravlje”

“nema šta ne leči”

“čini čuda za organizam”

“lek za mnoge bolesti”

“obnavlja svaku ćeliju u telu”

“čisti od toksina”

Zašto je to problematično?

Ako ljudi neosnovano veruju da je neki lek ili tretman magičan i pomaže kod svih bolesti, mogu se osetiti zaštićenim i odložiti ili izbegavati odlazak kod lekara ili korišćenje tretmana specifičnih za njihovo stanje.

Na šta se mediji pozivaju kada promovišu nekonvencionalnu medicinu?

Duga tradicija upotrebe

“drevni recept naših baka”,
“ovaj tretman star je koliko i LJUDSKA RASA”

Prirodnost

“lek iz prirode”,
“prirodni antibiotik”

Praktičnost primene

“najjeftiniji lek”, “bol prolazi za jedan dan”,
“treba vam samo 4 sastojka”

Pseudonaučni žargon / teško razumljivi naučni termini

“sadrži sumporni heterozid glikotropeolozid i enzim mirozin”

Zašto je to problematično?

Ljudi imaju poseban odnos prema stvarima koje im se predstavljaju kao drevne, stare ili tradicionalne i sklonost da ih prihvataju bez preispitivanja. Slično, mnogi pogrešno veruju da ono što je prirodno mora biti i dobro. Mediji mogu da zloupotrebjavaju ove sklonosti da bi nam plasirali neproverene tretmane. Korišćenje pseudonaučnih objašnjenja i teško razumljivih termina iskorišćava autoritet nauke, iako su ta objašnjenja ili termini besmisleni ili komplikovani za razumevanje.

Zaključak

Izveštavanje o tradicionalnoj, komplementarnoj i alternativnoj medicini u srpskim onlajn medijima nije odgovorno i može čak i da obmane korisnike.

Umesto pozivanja na dugu tradiciju upotrebe, prirodnost i praktičnost, mediji treba da navode naučna istraživanja kao dokaze o efikasnosti nekonvencionalnih praksi. Objašnjenja koja su komplikovana i samo prividno naučna treba izbegavati.

Preporuke za dalje informisanje

Naučni članak nastao kao rezultat ovog istraživanja (na engleskom):



Lazić, A., Petrović, M. B., Branković, M., & Žeželj, I. (2023). Quick Natural Cure-Alls: Portrayal of Traditional, Complementary, and Alternative Medicine in Serbian Online Media. *Collabra: Psychology*, 9(1), 82189. <https://doi.org/10.1525/collabra.82189>

Pregled naučnih dokaza o akupunkturi, homeopatiji, kiropraktici i herbalnoj medicini (na srpskom):

Sing, S. i Ernst, E. (2009). *Napitak za boljita*. DN Centar. ISBN - 978-86-83239-24-5.

Smernice za odgovorno prikazivanje informacija o tradicionalnoj, komplementarnoj i alternativnoj medicini (na engleskom):

World Health Organization (2004). *WHO guidelines on developing consumer information on proper use of traditional, complementary and alternative medicine*. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42957>

Kako se lečimo?

Upotreba alternativnih metoda
lečenja i pridržavanje
zdravstvenih preporuka



U ovom paketu, naš tim sproveo je kvalitativnu studiju sa lekarima i praktičarima alternativne, komplementarne i tradicionalne medicine, a uz to smo razvili i instrumente za procenu dve grupe upitnih zdravstvenih ponašanja.

Pitali smo se:

- U kojoj meri se ljudi ne pridržavaju preporuka zvanične medicine i zašto?
- Zašto se ljudi obraćaju praktičarima alternativne medicine?
- Kakav treba da bude odnos između zvanične i alternativne medicine?
- Kakav je odnos između pružalaca zdravstvenih usluga i njihovih klijenata?
- Kako alternativna medicina treba da bude regulisana?

Zašto je ovo istraživanje važno?

Kako bismo otvorili dijalog o tome kakav pristup korisnicima zdravstvenih usluga bi bio optimalan, prvo treba da steknemo uvide u odnose između pružalaca zdravstvenih usluga i njihovih korisnika, kako u domenu zvanične tako i u domenu alternativne medicine.

Mapiranje dva seta upitnih zdravstvenih ponašanja omogućava precizniju procenu njihove zastupljenosti, kao i ispitivanje na koji način su ova ponašanja povezana sa različitim psihološkim osobinama ljudi.

Zašto ljudi odlučuju da se ne pridržavaju zdravstvenih preporuka (npr. modifikuju ili izbegavaju propisanu terapiju, koriste samomedikaciju)?

Zašto se obraćaju alternativnoj medicini?

Iz perspektive lekara	Iz perspektive praktičara
<p>Manjak zdravstvenog obrazovanja: pacijenti sa kojima se lekari susreću često ne znaju kakve negativne posledice nepridržavanje može da prouzrokuje.</p> <p>Nedostatak resursa lekarima ne ostavlja dovoljno vremena za svakog pacijenta.</p> <p>Alternativne metode lečenja su dostupnije i lakše se primenjuju od konvencionalnih.</p>	<p>Holistički pristup zdravlju: fokus je na uzroku bolesti, a ne samo na simptomima. Fizički simptomi upućuju na problem na nekom drugom nivou (spiritualnom, energetskom, emotivnom, itd.).</p> <p>Prirodniji pristup zdravlju: naglasak je na saradnji sa prirodom i vraćanju čoveka prirodi. Neuspeh tretmana zvanične medicine.</p>

Kakvo je mišljenje lekara o alternativnoj medicini i praktičara o zvaničnoj medicini?

Iz perspektive lekara	Iz perspektive praktičara
<p>Generalno su slabo informisani i nepoverljivi prema alternativnoj medicini. Placebo efekat je zaslužan za većinu pozitivnih efekata alternativnih metoda. To znači da verovanje u efikasnost metode samo po sebi može dovesti do poboljšanja.</p> <p>Nekad dovodi i do pogoršanja bolesti: lekari navode takva iskustva iz kliničke prakse (tek kada se stanje pogorša saznaju da pacijenti koriste alternativnu medicinu).</p> <p>Iskorišćavanje pacijenata: alternativni tretmani su često skupi.</p>	<p>Uglavnom su nezadovoljni zvaničnom medicinom: smatraju da se zvanična medicina ne bavi uzrocima bolesti, te da nije dugoročno rešenje. Hirurgija je jedina grana medicine prema kojoj praktičari imaju pozitivan odnos. Slažu se oko toga da su hirurške metode u okviru zvanične medicine nezamenjive alternativnim. Zvanična medicina se previše oslanja na farmakoterapiju. Negativan stav prema farmaceutskoj industriji kojoj je primarni interes finansijska korist, a ne izlečenje.</p>

Kakav treba da bude odnos između zvanične i alternativne medicine?

Iz perspektive lekara

Nema puno dodirnih tačaka između zvanične i alternativne medicine. **Podeljeni su oko svoje uloge u savetovanju u vezi sa alternativnim metodama lečenja:** da li da zajedno sa pacijentima odlučuju o njima ili da ih nužno obeshrabre. Svakako žele da budu **više informisani o koristima i posledicama** alternativnih metoda da mogu bolje da objasne pacijentima npr. ako se sukobljavaju s preporučenim tretmanom. **Lekari iz preventivnih grana medicine** treba da učine **dostupnim informacije o alternativnim metodama**, budući da nisu deo zvaničnog kurikuluma.

Iz perspektive praktičara

Uprkos manjkavostima koje joj pripisuju, izražavaju želju da **budu integrisani sa zvaničnom medicinom**, te da mogu da sarađuju u poboljšanju zdravlja pacijenata. U optimalnoj situaciji, ne bi bilo oštre podele između alternativne i zvanične medicine ("korisno je sve što pomaže pacijentima") i **jedni bi drugima mogli da upućuju pacijente.**



Kakva je uloga pacijenta u lečenju?

Iz perspektive lekara

Odnos lekar-pacijent je važan: **voleli bi** da imaju resurse i priliku da ostvare **partnerski odnos** sa svojim pacijentima. Očekuju **saradljivog pacijenta koji će slušati preporuke**. Lekar treba da objasni pacijentu kako lek deluje i kako se pravilno koristi. Ako je to tako, **na lekarima je većina odgovornosti za ishod lečenja.**

Iz perspektive praktičara

Odnos praktičar-pacijent je **dublji i kvalitetniji** od odnosa lekara i pacijenta. **Pacijent je aktivan i ravnopravan učesnik** u procesu lečenja, dok zvanična medicina neguje pasivnu ulogu. **Pacijent je primarno odgovoran** za ishod lečenja.

Zaključak

Obe strane...

...procenjuju da praktičari alternativne medicine posvećuju više vremena i pažnje pacijentu.

...misle da bi lekari trebalo da budu više informisani o alternativnim metodama lečenja.

...veruju da je druga strana ta koja treba da promeni svoj pristup.

...misle da druga strana ima finansijsku korist od pacijenta.

Ne slažu se...

...oko efikasnosti alternativnih metoda lečenja. Praktičari alternativnih metoda zagovaraju njihovu delotvornost pozivajući se na zadovoljstvo pacijenata, dok lekari smatraju da proizlazi iz placebo efekta.

...oko integracije alternativne i zvanične medicine. Lekari su generalno protiv integracije, a praktičari za.

...u stavu prema regulaciji alternativnih metoda lečenja. Lekari smatraju da bi trebalo da budu strože regulisane, dok se praktičari tome opiru.

...oko zastupljenosti alternativnih metoda lečenja u medijskom prostoru. Lekari navode da su te metode zastupljenije od zvaničnih, a praktičari ističu kako su slabo zastupljeni.



U drugoj fazi ovog paketa, želeli smo da mapiramo dve široke grupe zdravstvenih ponašanja: namernog nepridržavanja zdravstvenih preporuka zvanične medicine i korišćenja tradicionalnih, komplementarnih i alternativnih metoda lečenja.

NAMERNO NEPRIDRŽAVANJE
ZDRAVSTVENIH PREPORUKA
ZVANIČNE MEDICINE

KORIŠĆENJE TRADICIONALNIH,
KOMPLEMENTARNIH I
ALTERNATIVNIH
METODA LEČENJA

CILJ 1: Pravljenje novih kratkih i pouzdanih upitnika namenjenih opštoj populaciji

Postojeći upitnici ili pokrivaju mali broj oblika nepridržavanja ili su kreirani za osobe sa specifičnim zdravstvenim stanjem.

Postojeći upitnici ili ispituju stav prema alternativnoj medicini umesto konkretnih ponašanja ili mere mali broj specifičnih ponašanja.

CILJ 2: Saznati na koji način se ova ponašanja grupišu - da li ona sva čine jedan homogeni skup ili se mogu izdvojiti različite kategorije

Nepidržavanje zdravstvenih preporuka se ispoljava u različitim situacijama, ali se postavlja pitanje da li se namerna nepridržavanja grupišu u jedan skup koji ima slične psihološke osnove.

Postoji neslaganje čak i oko pojmova "alternativna", "komplementarna" i "tradicionalna" medicina. Trenutne podele su većinom teorijske, tako da postoji potreba za *empirijskim* grupisanjem alternativnih metoda, odnosno grupisanjem koje je zasnovano na stvarnoj upotrebi ovih praksi.

Zašto je ovo istraživanje važno?

Dobro konstruisani instrumenti omogućiće nam da precizno izmerimo ova ponašanja i utvrdimo njihove korene.

Kako se ponašanja grupišu?

Iako ponašanja nepridržavanja zvaničnih preporuka po svom sadržaju spadaju u **tri** opšte kategorije, podaci pokazali da zapravo sva ona čine jednu homogenu kategoriju. Ova ponašanja obuhvataju:

- **Samolečenje** (npr. uzimanje lekova za smirenje bez lekarskog recepta)
- **Menjanje propisane terapije bez ili uprkos medicinskim savetima** (npr. prestanak uzimanja antibiotika nakon što simptomi nestanu)
- **Odlaganje/izbegavanje obraćanja lekaru** (npr. čekanje da simptomi prođu sami od sebe umesto odlaska kod lekara)

Prakse alternativne medicine se mogu grupisati u **četiri** kategorije, ali da i dalje, kao i namerno nepridržavanje, čine jedinstvenu opštiju grupu.



Alternativni medicinski sistemi

Homeopatija, akupunktura



New age medicina

Meditacija, duhovno lečenje



Upotreba prirodnih proizvoda

Biljni čajevi, melemi, suplementi



Rituali/običaji

Molitva za zdravlje, talismani

Preporuke za dalje informisanje

Naučni članci nastali kao rezultat ovog istraživanja (na engleskom):



Purić, D., Petrović, M. B., Živanović, M., Lukić, P., Zupan, Z., Branković, M., Ninković, M., Lazarević, L. B., Stanković, S., & Žeželj, I. (2023). Development of a novel instrument for assessing intentional non-adherence to official medical recommendations (iNAR-12): A sequential mixed-methods study in Serbia. *BMJ Open*, 13(6), e069978. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-069978>



Purić, D., Živanović, M., Petrović, M., Lukic, P., Knezevic, G., Teovanovic, P., Ninković, M., Lazić, A., Opacic, G., Branković, M., Lazarevic, L. B., & Zezelj, I. (2022). Something old, something new, something borrowed, something green: How different domains of traditional, alternative, and complementary medicine use are rooted in an irrational mindset [Preprint]. *PsyArXiv*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/agp5y>

Dnevnik zdravstvenih ponašanja: Praćenje dnevnih varijacija upitnih zdravstvenih ponašanja



U trećem paketu, istraživali smo svakodnevna upitna zdravstvena ponašanja i njihove psihološke osnove.

Pitali smo se:

- Koliko često ljudi **na dnevnom nivou koriste prakse tradicionalne, komplementarne i alternativne medicine da bi se lečili ili sprečili bolesti?**
- Koliko se često ljudi **na dnevnom nivou namerno ne pridržavaju zdravstvenih preporuka zvanične medicine?**
- Koji **psihološki faktori** oblikuju svakodnevno zdravstveno ponašanje?
- Kakav je odnos podataka koji govore o učestalosti upitnih zdravstvenih ponašanja prikupljenih različitim tehnikama?

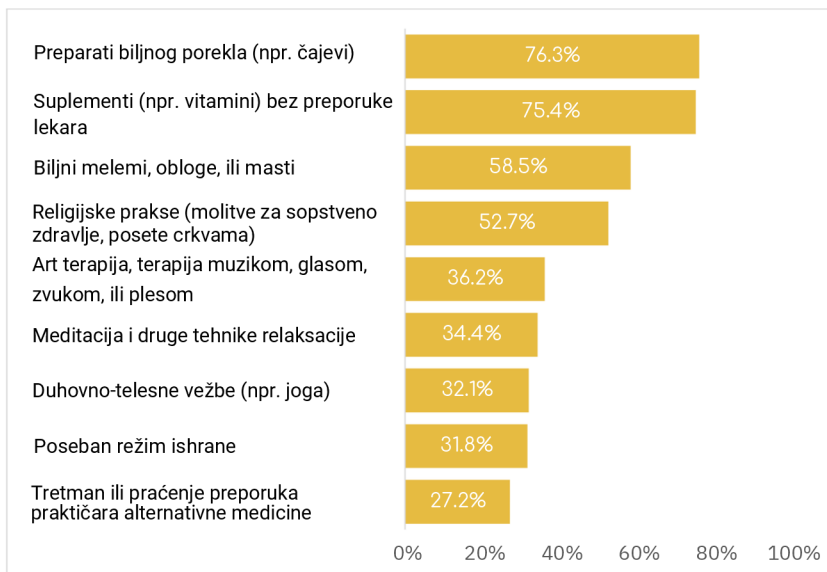
Zašto je ovo istraživanje važno?

Ranija istraživanja upitnog zdravstvenog ponašanja su većinski koristila upitnike koji od učesnika zahtevaju da se prisete i odgovore da li su ikada koristili neke od navedenih zdravstvenih praksi. Učesnici mogu pogrešno da se prisećaju i procenjuju učestalost ranijih ponašanja.

Kako bismo prikupili što pouzdanije i validnije podatke o svakodnevnom zdravstvenim ponašanjima i dobili uvid u njihovu stvarnu učestalost, pored retrospektivnih mera, koristili smo i tehniku uzorkovanja iskustava. Ovom tehnikom podaci se prikupljaju tako što učesnici svakodnevno unose podatke o svojim ponašanjima u strukturisani elektronski dnevnik. Na ovaj način istraživači dobijaju pouzdanije podatke: prikupljene u realnom okruženju, a ne laboratoriji, i to na dnevnom nivou.

Koliko često ljudi na dnevnom koriste tradicionalne, komplementarne i alternativne metode lečenja?

Tokom današnjeg dana koristio/la sam...

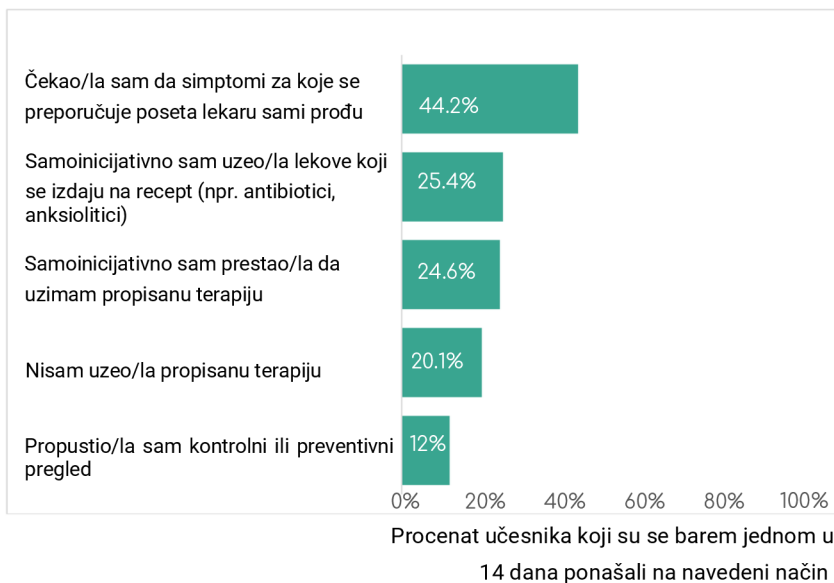


Procenat učesnika koji su barem jednom u 14 dana primenili navedenu praksu

Jedan od razloga zašto su baš ove prakse najučestalije je taj što se opažaju kao **tradicionalne i dugo korišćene u narodu** zbog čega se smatraju efikasnim. One su opažene i kao **'prirodne'**, te kao da njihova primena ne može da škodi. Bitan razlog zastupljenosti ovih praksi je i to što su **besplatne, jednostavne** za korišćenje i **ne zahtevaju praktičara**. Ponašanja koja su manje zastupljena spadaju u **noviju alternativnu medicinu** koja obuhvata različite spiritualne prakse i tretmane.

Koliko često ljudi na dnevnom koriste tradicionalne, komplementarne i alternativne metode lečenja?

Tokom današnjeg dana...



Učesnici su **znatno češće koristili alternativnu ili komplementarnu medicinu nego što su odbijali da poštuju zdravstvene preporuke**. Razlog je taj što nepoštovanje preporuka podrazumeva da su se neki zdravstveni problemi već javili, dok se **alternativna medicina praktikuje i preventivno**. Samim tim prilike za nepridržavanje zdravstvenih preporuka su ređe.

Koji psihološki faktori utiču na svakodnevno zdravstveno ponašanje?

Koje osobine čine ljude sklonijim alternativnim metodama lečenja?

Iracionalna uverenja

pristrasnost uverenja (sklonost da favorizujemo argumente koji idu u prilog našim uverenjima, čak iako nisu logički zasnovani) i magijska uverenja o zdravlju (na primer, uverenje da hrana truli u telu i da telo mora da se čisti od nagomilanih toksina).

Karakteristike učesnika kao što su pol, godine, obrazovanje, materijalni status, i druge, nisu se pokazale kao važne.



Koje osobine čine ljude sklonijim da se ne pridržavaju zdravstvenih preporuka?

Crte ličnosti

slabija savesnost i sklonost bizarnim, netipičnim iskustvima, kao i manja sklonost promišljanju.

Iracionalna uverenja se nisu pokazala kao važna za ova ponašanja.



Kakav je odnos podataka prikupljenih različitim tehnikama?



veći broj upitnih zdravstvenih praksi u toku života



veći broj upitnih zdravstvenih praksi u toku 14 dana

Ovo svedoči o pouzdanosti obe tehnike merenja

Učestalost obe vrste upitnih zdravstvenih ponašanja je bila manja kada je merena tehnikom uzorkovanja iskustava.

Najčešće korišćene prakse su iste u oba slučaja



upotreba biljnih proizvoda i suplemenata



izbegavanje odlaska kod lekara uprkos simptomima

Zaključak

Psihološke karakteristike učesnika, pod kojima podrazumevamo crte ličnosti, stil razmišljanja i iracionalna uverenja, imaju značajno veću ulogu u upitnom zdravstvenom ponašanju u odnosu na neke druge karakteristike kao što su godine, pol, materijalni status, stepen obrazovanja, i sl.

Iracionalna uverenja imaju najveću ulogu u alternativnim medicinskim praksama, dok su za namerno nepoštovanje zdravstvenih preporuka najvažnije **karakteristike ličnosti i stil razmišljanja**.

Preporuke za dalje informisanje

Naučni članci nastali kao rezultat ovog istraživanja (na engleskom):



Lazarević, L. B., Knežević, G., Purić, D., Teovanović, P., Petrović, M. B., Ninković, M., Živanović, M., Stanković, S., Branković, M., Lukić, P., Opačić, G., & Žeželj, I. (2023). Tracking variations in daily questionable health behaviors and their psychological roots: A preregistered experience sampling study. *Scientific Reports*, 13(1), 14058. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-41243-w>

Knjiga o istraživačkim tehnikama u kojoj možete naći više o uzorkovanju iskustava (na srpskom):



Lazarević, Lj. B. (2023). Psihologija individualnih razlika – Ambulatorno procenjivanje kao pristup u merenju. Beograd: Institut za psihologiju.

U ovom paketu, naš tim je ispitivao kako su demografske i psihološke karakteristike povezane sa dve vrste upitnih zdravstvenih ponašanja - nepridržavanjem zdravstvenih preporuka i korišćenjem tradicionalnih, komplementarnih i alternativnih metoda lečenja.



Ovo istraživanje smo sproveli na reprezentativnom uzorku, što znači da je moguće primeniti zaključke istraživanja na čitavu populaciju Srbije

Šta smo se pitali?

- Koliko često su tokom života ispitanici pribegavali ovim upitnim zdravstvenim ponašanjima, odnosno kakva je celoživotna prevalenca ovih ponašanja?
- Kako su ova ponašanja povezana sa različitim psihološkim osobinama?
- Koje od tih psiholoških osobina su, zajedno sa demografskim faktorima, najvažnije za objašnjenje ovih ponašanja?

Zašto je ovo istraživanje važno?

Poznavanje prevalencije upitnih zdravstvenih ponašanja, kao i psihološkog profila osoba koje su im sklone je posebno važno za lekare i može im pomoći prilikom komunikacije sa pacijentima. Na osnovu ovih rezultata, možemo da osmislimo intervencije koje za cilj imaju razvoj odgovornijeg zdravstvenog ponašanja.



Sociodemografske karakteristike

Pol, socioekonomski status, uzrast, obrazovanje i slično

Udaljeni psihološki faktori

Bazične crte ličnosti, poput savesnosti, poštenja ili saradljivosti

Stilovi mišljenja odnosno rešavanja problema - racionalni koji se više oslanja na logiku i iskustveni koji se više oslanja na intuiciju

Iracionalna uverenja

Uverenja koja nisu u skladu sa principima normativne logike i za koja nedostaju validni empirijski dokazi

Na primer verovanje u teorije zavere, sujeverje ili magijska uverenja o zdravlju (kao što je uverenje da hrana koju pojedemo truli u telu i izaziva različite zdravstvene probleme)

Poverenje i iskustva sa sistemom

Poverenje u zdravstveni sistem

Prethodna negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom

Dodatni faktori

Opšte zdravstveno stanje i hronična oboljenja

Religioznost, spiritualnost i politička orijentacija



89%

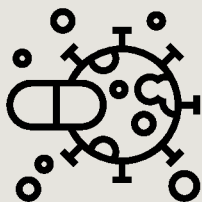
se barem nije pridržavalo barem
jedne preporuke lekara

Najčešća ponašanja
nepridržavanja preporuka
lekara



78%

Ignorisanje simptoma koji
zahtevaju posetu lekaru



47%

Uzimanje antibiotika
na svoju ruku



33%

Uzimanje lekova za smirenje
na svoju ruku

99%

je nekad koristilo barem jednu praksu alternativne medicine

Najčešće alternativne, komplementarne i tradicionalne prakse

Sve sa prevalencom preko 75%



Konzumacija biljnih i pčelinjih proizvoda



Konzumacija suplemenata



Korišćenje biljnih krema, melema i masti



Konzumacija proizvoda biljnog porekla

Druge česte prakse su bile korišćenje mineralnih ili svetih voda (65%) ili molitva za sopstveno zdravlje (56%)



Ko koristi prakse alternativne medicine?



Ljudi koji su skloni magijskim uverenjima o zdravlju, veruju u medicinske teorije zavere i sujeverni su

Ljudi koji su imali negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom

Spiritualniji, radoznaliji i otvoreni za nova iskustva

Žene češće koriste alternativnu medicinu

Ko se ne pridržava preporuka lekara?

Ljudi koji nemaju poverenja u zdravstvene institucije

Ljudi koji su imali negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom

Ljudi koji su impulsivniji i povučeniiji



Zaključak

Alternativne metode lečenja, kao i ponašanja nepridržavanja preporuka su veoma raširene u opštoj populaciji

Ova dva tipa upitnih zdravstvenih ponašanja su povezana, tako da su ljudi koji su skloni jednim, skloni i drugim ponašanjima

Negativna iskustva sa zdravstvenim sistemom podstiču i jedan i drugi oblik ponašanja

Psihološke karakteristike imaju veći značaj za objašnjenje ovih ponašanja od sociodemografskih karakteristika i zdravlja

Problemi sa zdravljem nisu neposredno povezani sa ovim ponašanjima, odnosno oni nisu presudni za objašnjavanje zašto ljudi pribegavaju ovim praksama



Preporuke za dalje informisanje

Naučni članak nastao kao rezultat ovog istraživanja (na engleskom):



Knežević, G., Petrović, M. B., Ninković, M., Zupan, Z., Lukić, P., Purić, D., Živanović, M., Teovanović, P., Stanković, S., & Žeželj, I. (2024). Lifetime prevalence of questionable health behaviors and their psychological roots: A preregistered nationally representative survey. *PLOS ONE*, 19(11), e0313173. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0313173>

Protokol istraživanja (na engleskom):



Knežević, G., Lazarević, L., Purić, D., Zupan, Z., & Žeželj, I. (2023). Prevalence of questionable health behaviours in Serbia and their psychological roots: Protocol for a nationally representative survey. *BMJ Open*, 13(10), e075274. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-075274>

O medicini zasnovanoj na dokazima, alternativnoj medicini i njihovom odnosu:

Radovanović, Z. (2024). *Naučna i alternativna medicina - brak bez ljubavi*. Heliks.



Eksperimentalne
intervencije za
smanjenje spremnosti
na korišćenje
alternativnih praksi



REASON4HEALTH

Paket 5

U poslednjem paketu, naš tim je ispitivao da li je moguće kroz eksperimentalne intervencije smanjiti spremnost ispitanika da koriste različite herbalne prakse.



Da bismo dizajnirali intervencije, oslonili smo se na rezultate prvog paketa i nalaze o tome na koji način se u medijima promovira herbalne prakse.

Šta smo se pitali?

Da li je moguće smanjiti spremnost ljudi da koriste različite herbalne prakse, da probaju i preporuča korišćenje izmišljenih herbalnih praksi, kao i da li je moguće podstaći ih da budu kritičniji prema alternativnoj medicini i imaju manje poverenja u nju?

Zašto je ovo istraživanje važno?

Uzimajući u obzir da je korišćenje alternativnih praksi u porastu, a da one mogu imati štetne posledice, neočekivano interagovati sa preporučenim praksama, kao i odvratiti od korišćenja zvaničnih terapija, potrebne su efikasne i lako primenjive intervencije za smanjenje njihovog korišćenja.

Povrh toga, ovakve intervencije mogu podstaći ljude da budu kritičniji i da aktivnije promišljaju odluke o sopstvenom zdravlju.

Na šta smo se oslonili u dizajnu intervencija?

Na osnovu analize sadržaja medijskih tekstova o herbalnim praksama, uočili smo da svi tekstovi prate isti šablon - bez obzira o kojoj herbalnoj praksi je reč.

Tekst obično započinje **bombastičnim naslovom**, koji obećava efikasnost herbalne prakse za skoro sve bolesti, a potom se kroz tekst poziva na **dugu tradiciju upotrebe** te herbalne prakse, kao i njenu **prirodnost** i **jednostavnost upotrebe**.

Da bismo ilustrovali ovo šablonsko izveštavanje, razvili smo generator nasumičnih medijskih tekstova o biljkama.



Generator medijskih
tekstova o biljkama



Oslanjajući se na ograničen broj elemenata, generator može da produkuje veliki broj tekstova - **na taj način ilustruje problematično izveštavanje o ovim praksama.**



Kroz tri eksperimenta, pitali smo se da li će ispitanici kroz korišćenje generatora i upoznavanje sa principima na kojima je zasnovan biti manje spremni da koriste različite alternativne prakse

Kako su izgledale intervencije?

- 1 Ispitanici su najpre izveštavali o tome u kojoj meri su spremni da koriste različite herbalne zdravstvene prakse, da li bi bili spremni da probaju izmišljene herbalne prakse i u kojoj meri imaju poverenja u alternativnu medicinu
- 2 Ispitanika smo potom podelili u dve grupe:

Kontrolna grupa

Ispitanici su koristili nasumični generator koji produkuje bajke

Eksperimentalna grupa

Ispitanici su koristili naš generator medijskih tekstova o biljkama. Uz to smo im objasnili i kojim strategijama se mediji služe i koje apele koriste da bi promovisali ove proizvode (pozivaju se na tradiciju, prirodnost i sl.)

- 3 Ponovo procenjujemo spremnost ispitanika da koriste herbalne prakse, probaju i preporuče izmišljene alternativne prakse, kao i njihovo poverenje u alternativnu medicinu

Šta kažu rezultati?

Nakon korišćenja generatora i upoznavanja sa principima na kojima radi...



Opada spremnost da se koriste herbalne prakse, preporuče izmišljene prakse i poverenje u alternativnu medicinu

U kontrolnoj grupi nema nikakvih promena.

Zaključak

Rezultati pokazuju da je moguće smanjiti spremnost ispitanika da koriste alternativne prakse kroz rasvetljavanje strategija i apela koje mediji koriste da ih promoviraju. Intervencija je relativno laka za implementaciju, a od nje mogu imati koristi kako pacijenti i lekari, jer ilustruje predatorske prakse u izveštavanju o alternativnoj medicini, ali i korisnici medija uopšte, jer gradi kritičnost i osetljivost za kvalitet informacija koje se plasiraju kroz medije.

Preporuke za dalje informisanje

Testirajte svoju uspešnost u prepoznavanju apela koje mediji koriste u promociji alternativnih praksi



Testirajte svoju uspešnost u prepoznavanju lažnih vesti



Knjiga o infodemiji i njenom kontrolisanju (na engleskom):

Purnat, T. D., Nguyen, T., & Briand, S. (Eds.). (2023). *Managing Infodemics in the 21st Century: Addressing New Public Health Challenges in the Information Ecosystem*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-27789-4>

Istraživački materijali i podaci u otvorenom pristupu



Svi istraživački materijali, podaci i analitički kodovi nastali u okviru projekta dostupni su na Open Science Framework stranici projekta.

Zahvalnice

Istraživanje sprovedeno uz podršku Fonda za nauku Republike Srbije, 7739597, Irrational mindset as a conceptual bridge from psychological dispositions to questionable health practices – REASON4HEALTH

Naslovnu ilustraciju, kao i ilustracije na pozadinama kreirala je Ksenija Pantelić

Ilustracije paketa i logo projekta Reason4Health kreirala je Vanja Gavrić



1838



INSTITUT ZA FILOZOFIJU I
DRUŠTVENU TEORIJU



Фонд за науку
Републике Србије

reasonforhealth.f.bg.ac.rs