

Neppers helpen echt

verscheen in het AD van 24 januari 2003, Paul van Laere

Het medicijn is zo oud als de geneeskunst en bewijst arts en patiënt tot op de dag van vandaag enorme diensten: het placebo-effect. In de moderne geneeskunde geldt een placebo echter als synoniem voor nep, een storende factor die het zicht op de 'echte' werking beneemt. Verstandiger is het deze geneeskrachtige bondgenoot optimaal te benutten, vindt de Rotterdamse anesthesioloog Paul Lieverse.

Het placebo-effect is geen populair onderwerp in medische kringen. De hedendaagse arts ligt eerder de toverformule van 'evidence based medicine' in de mond bestorven. Geneeskunde met bewezen effect dus. Dat aangetoond effect wordt gedefinieerd als het batig medisch saldo dat overblijft na aftrek van het vermaledijde placebo-effect. De complexe, intrigerende en soms ongelooflijke vooruitgang die patiënten kunnen vertonen na een schijnbehandeling, het is voor de moderne geneeskunde niet meer dan een aftrekpost.

Een arme benadering, vindt anesthesioloog Paul Lieverse, die verbonden is aan de Rotterdamse Daniel den Hoed Kliniek. "De reguliere geneeskunde is te zeer gefixeerd op dat netto-effect. Natuurlijk, in de beoordeling van een nieuwe behandeling dient het resultaat daarvan altijd vergeleken te worden met dat van een schijnbehandeling. Het verschil is maatgevend voor de zuivere werking, dat principe onderschrijf ik."

"Maar wanneer je die bewezen therapie vervolgens in de praktijk toepast, speelt het placebo-effect gewoon weer mee en kan het aanzienlijk bijdragen aan het succes. In plaats van het placebo-fenomeen onder de mat te vegen is het daarom zinniger het verschijnsel op waarde te schatten en te begrijpen. Dan kun je er maximaal profijt van trekken."

Rond placebo's hangt te zeer de geur van nep, vervolgt Lieverse. "Een placebo-middel mag dan onecht zijn, het effect is dat allerminst. Het kan leiden tot een reële verandering, niet alleen in de ervaring van klachten, maar ook in lichamelijk opzicht. Mensen die bijvoorbeeld een foppil tegen hartproblemen kregen, rapporteerden dat ze zich beter voelden, maar scoorden tevens hoger bij inspanningstesten. Dus er gebeurt wel degelijk iets."

Het placebo-effect beperkt zich niet tot pillen, maar duikt op bij elke behandeling. Zoals bij operaties. Beroemd is een onderzoek uit 1959 naar het effect van het afbinden van de slagader in de borststreek, een ingreep die succesvol werd toegepast bij mensen met hartkramp (angina pectoris). In de studie ondergingen 17 patiënten deze operatie, onkundig van het feit dat bij de helft van hen de slagader niet werd afgebonden. Het resultaat was verbijsterend. Een half jaar na de operatie ondervonden niet alleen vijf van de acht 'afgebonden' patiënten verbetering, maar ook vijf van de negen die de schijnoperatie kregen.

Het onderzoek, dat tegenwoordig overigens door geen enkele ethische commissie goedgekeurd zou worden – illustreert een grondwet van de placebokunde: hoe ingrijpender en indrukwekkender de behandeling, hoe groter het effect.

Lieverse vertelt ter aanvulling over een onderzoek naar de toepassing van ultrageluid bij de bestrijding van de pijn na een kaakoperatie. Patiënten kregen daartoe een groot, ultrageluid producerend apparaat op hun pijnlijke kaak gericht. Dat bleek goed te helpen. "Tot men erachter kwam dat het apparaat al een tijdje kapot was. De motor ronkte nog wel, maar ultrageluid kwam er niet meer uit. Voor het pijnverzachtende effect had het echter niks uitgemaakt."

Als een imitatie-behandeling zo effectief kan zijn, waarom de inzet van placebo's – die nu alleen in studies worden toegepast – niet uitbreiden tot de alledaagse praktijk?

Bij gebrek aan echte medicijnen werd dat tot in de jaren zestig regelmatig gedaan, weet Lieverse. In ziekenhuizen circuleerden bijvoorbeeld gesuikerde broodpillen, luisterend naar de fraaie Latijnse naam 'pillula panis.'

Toch pleit Lieveise niet voor herintroductie van dit gebruik. “Allereerst zou je de patiënt bewust moeten voorliegen. Dat beschouwen we tegenwoordig ethisch niet correct. Bovendien, zo iets kun je nooit geheim houden. En wanneer patiënten weten dat ze in een ziekenhuis mogelijk een neppil of nepoperatie krijgen, valt het placebo-effect waarschijnlijk stukken lager uit. Het positieve effect hangt immers nauw samen met het geloof in de werkzaamheid van de behandeling.”

Niet alleen het geloof van de patiënt, óók dat van de dokter. Lieveise haalt ter toelichting een studie aan waarbij de artsen die patiënten een experimenteel medicijn toedienden, halverwege het onderzoek werd verteld dat het medicijn veel minder goed werkte dan verwacht. “Dat was een verzonnen boodschap, maar vanaf dat moment zakten de resultaten in. Die artsen hadden minder vertrouwen in het medicijn en straalden dat blijkbaar onbewust uit naar de patiënt.”

De presentatie van de behandeling is dus van wezenlijk belang, wil Lieveise aangeven. “Niet dat je als een acteur een toneelstukje opvoert, of onwaarheden verkoopt. Dat zou ook niet werken. Maar als ik enthousiast ben over een behandeling laat ik dat merken. Wanneer ik naar waarheid tegen een patiënt vertel dat ik met een bepaalde behandeling hele goede resultaten heb geboekt, is de kans op succes veel groter dan wanneer ik neutraal wat pillen voorschrijf.”

Eigenlijk speelt de hele arts-patiëntrelatie mee in het uiteindelijke succes van de therapie, vervolgt Lieveise. “Essentieel is dat een patiënt weet dat hij serieus genomen wordt, en dat hij een beetje de regie in de behandeling krijgt, en niet een willoos object is op wie een techniek wordt losgelaten.”

Niets is funester voor verbetering van het ziekteproces en het klachtenpatroon als een gevoel van machteloosheid bij de patiënt. Lieveise: “Wanneer ik tegen een patiënt met chronische pijnklachten zeg: ‘Er moet iets mis zijn, dat gaan we onderzoeken, en tot die tijd kunnen we weinig voor u doen,’ creëer ik een soort negatief placebo-effect. Daarmee maak je de klachten eerder erger.”

“Als ik in zo’n geval echter uitleg dat er goede manieren zijn om met de pijn om te gaan, en pijnstillers meegeef die de patiënt naar behoefte kan innemen, dan biedt je perspectief en geef je iemand de regie terug over zijn klachten. Alleen dat besef helpt al. Die verbetering mag een andere achtergrond hebben dan de pure werking van de pijnstillers, de patiënt is er net zo goed bij gebaat. En daar gaat het natuurlijk om.”

Kader: ‘Ik zal behagen’

Het woord placebo – Latijn voor ‘Ik zal behagen’ – duikt zo’n tweehonderd jaar geleden voor het eerst op in de geneeskundige handboeken. Ofschoon de medische voorvaders het placebo-effect uit ervaring kenden en gebruikten, werd het verschijnsel pas in de jaren dertig van de vorige eeuw bewezen. Bij het testen van vaccins tegen verkoudheid bleek toen dat onwerkzame nepvaccins eveneens verkoudheid kunnen voorkomen.

Sinds de jaren vijftig is het zogeheten placebo-gecontroleerd onderzoek, waarbij de helft van de proefpersonen een onwerkzame imitatie-behandeling krijgt, gemeengoed. En geen ziektebeeld, of ook het placebo helpt - afhankelijk van het soort ziekte en therapie bij zo’n 20 tot 70 procent van de patiënten.

De lijst met placebo-effecten is eindeloos gevarieerd. Roze suikerpillen, gepresenteerd als slaapmiddel, maken mensen slaperig, terwijl blauwe, zogenaamd opwekkende pillen, de vitaliteit verhogen. Bevat de bijsluiter verzonnen bijwerkingen, dan worden die onmogelijke neveneffecten en massa ervaren. Een braakpil die acute misselijkheid teweegbrengt, blijkt ook te kunnen fungeren als misselijkheidsbestrijder, mits als zodanig voorgespiegeld.

Het effect is overigens geen medisch monopolie. Zo gingen wielrenners prompt 5 procent beter presteren na overstap op een zogenaamd prestatiebevorderend, maar in werkelijkheid ongewijzigd, dieet.

Wie denkt dat het alleen de lichtgelovigen of wanhopigen zijn die zich laten foppen, vergist zich. Anesthesioloog Lieveise: “Men heeft ooit, met als doel een zuiver medicijnonderzoek uit te voeren, de proefpersonen eerst getest op placebogevoeligheid. Zo’n 30 procent van de mensen toonde zich gevoelig. Met de rest werd vervolgens het echte onderzoek gedaan. Wat bleek: van die gedachte placebo-immune groep vertoonde opnieuw ongeveer 30 procent het effect. Dus zo complex ligt het.”