



Oier Gorosabel - @Txikillana
Fisioterapeuta eta osteopata

Petrikiloengandik ikasten

Unibertsitatean asto handiak aurki daitezkeen bezala, eskolarik gabeko jende argi asko dugu munduan. Horrelako batek erakutsi zidan, Galiziako herri txiki batean, petrikiloei buruzko arau bitxia: zenbat eta itxura xelegeagoa izan, orduan eta eragin handiagoa lortuko du pazientearengan.

Hasiera hartan ez nuen ulertu zergatik: urteekin jabetu naiz. Inoiz nik neuk ere erabili izan dut errekurso hori (itxura arraroa, hizkera bitxiak, elementu exotiko edo misterioitsuak...), kasu jakin batzuetan “benetako” tratamendua bezain garrantzitsua edo gehiago suertatzen baita.

Badakizue osagile ofizialok (medikuak, fisioterapeutak, psikologoak...) arautu gabeko terapeutekin “gerran” gaudela (masajistak, sasimedikuak, sendatzaileak...), beraz, kontuan hartu artikulu hau trintxeraren alde batetik idatzitakoa dela. Baina, gerra guztietan legez, arrazoia ez dago alde bakarrean, eta intsumituak eta desertoreak daude. Nik ere, petrikiloen alderdiari berea aitortu behar zaiola uste dut: haietako askok osagile ofizialok gehiegitan ahaztu izan dugun berotasuna, enpatia eta hurbiltasuna bezalako gaitasunak jorratu izan baitituzte urte luzeetan. Goian esan dudana bezala, paziente askorendako tratamendua bera bezain inportante izaten diren faktoreak.

Inoiz hemen bertan aipatu dugu plazebo efektua. Terapi guztietan dago presente: eraginkortasun fisiko/kimikoa dutenetan, ipuin hutsa direneta ere bai, medikuntza arruntean, alternatiboetan... Osagileon eguneroko jardunetik bereizi ezin den efektua da, berezko ahalmen sendagarri indartsua duena. Halere, modu burutsuan eta etikoan erabili behar da. Badira plazebo hutsean oinarritutako terapiak; ezagunenak eremu alternatiboan aurki badaitezke ere (homeopatian adibidez), medikuntza ofizialean erabiltzen diren tratamenduen %65 inguruaren eraginkortasuna ere ongi frogatu gabe dago. Baina, plazebo efektua oso indartsua izanik ere, bere eraginean oinarritutako terapiak ezin dira balekotzat eman.

Plazeboa izenez oso ezaguna bada ere, haren ezaugarriak ez dira hainbeste. Ikerketa eremu harrigarria da, batez

ere gure gorputzaren autosendakuntzarako ahalmena erakusten digulako. Adibidez, pilula faltsuak hartzean, efektua handiagotu egiten da kopuruarekin batera (lau pilula hartzea, bakarra hartu beharrean); pilula handiak ere, txikiak baino sendagarriagoak dira; baita garestiagoak ere; marka berriek, marka ezagunek baino eragin handiagoa dute (nahiz eta biak berdina izan: azukre hutsa, alegia). Halere, plazeboa pilulan hartu beharrean injekzioz ematen badigute, eragina handiagoa izango da; eta oraindik handiagoa kirurgia tartean bada. Bihotzean pausu-markagailua ezarri ostean, esate baterako, pazienteek hobera egiten dute aparatua itzalita mantendu arren; berdin giltzadura batean eginiko itxurazko interbentzioetan ere (azalean orbain hutsak uztea). Drogekin ere gauza harrigarriak gertatzen dira: dosi baxuetan emana, plazeboak benetako morfinak baino analgesia handiagoa lortzen du; alkoholik gabeko garagardoak berdintsu “zizpatzen” du, alkoholduna edaten ari zarela uste duzunean. Bitxiarena zera da: efektua engainuaren berri duzunean ere gertatzen dela (gure gaztaroko porro psikologikoak), eta hori arlo terapeutikoan ere frogatu izan da. Azkenik, plazebo efektua kutsakorra ere bada: osagileak inter-

bentzioa balekoa dela sinisten duenean, pazienteak hobera egiten du (baita animalia edo haurren kasuetan ere).

Baina plazeboaren eragina ez da bakarrik pilularena.

Homeopatia kontsulta baten, esate baterako, zure arazoa aztertuko dute; baina, horretaz gain, bizitzako arlo desberdinen inguruan galdetuko dizute (ohiturak, kezak, gabeziak), tratamenduaren eragin mese-degarriari buruz hitz egingo dizute, esperantzari ateak irekiz... Giro lasai eta abegikor horrek, berez, pazientearen erantzun positiboa erraztuko du. Alde ederra, Osakidetzako zerbitzu batzuetan izaten den saturazioarekin! Horrekin ez dut esan nahi osagile ofizialok lore-terapian eta kutun-erri-tualetan hasi behar dugunik, noski: bai, oster, eraginkortasun frogatua duten terapietara plazeboaren eragin indartsua gehitzen badiegu, sendatzeko ahalmena biderka dezakegula. Petrikiloengandik badugu oraindik zer ikasi, adeitasunean eta enpatian bakarrik bada ere! •



Plazebo efektuaren eragina terapia guztietan dago presente. GAUR8