

27. ledna 2020 10:13

Chtěl důkazy, vyvrátil celý obor. Edzard Ernst, profesor demontáže alternativní medicíny



ELIŠKA H. ČERNÁ



PETR KOUBSKÝ



Edzard Ernst. Foto: Ludvík Hradílek, Deník N

Nehodlá nikomu nic zakazovat. Jen hodně nahlas říká, co je podepřeno vědeckými důkazy, a co ne. A také netvrdí, že skeptici mají pravdu vždy a automaticky. O to víc jde na nervy těm, kdo chtějí alternativní léčbě věřit.

Vypadá dobrácky a usměvavě, mluví rozvážně, ale s velikou sebejistotou. Laskavé oči, které se dovedou dívat nečekaně nekompromisně. „Neříkejte tomu alternativní medicína. Kdyby to byla plnohodnotná léčba, byla by to prostě medicína, ale tak tomu není.“ Profesor Edzard Ernst dává přednost ráznějšímu termínu: SCAM. To sice s potutelným úsměvem vysvětluje jako zkratku ze So-Called (takzvané) Alternative Medicine, ale základní význam tohoto anglického slova je prostě podvod, švindl. Do České republiky přijel na pozvání Českého klubu skeptiků Sisyfos. Jeho přednáška v pražském planetáriu se setkala se značným ohlasem a jednoznačně souhlasným přijetím, zastánci alternativní medicíny se nedostavili. Další den jsme měli příležitost s profesorem Ernstem hovořit my.

S homeopatií jste začal po dokončení studií. Jak jste se k tomu dostal?

Ten příběh začal, když jsem byl ještě malý kluk. Náš rodinný lékař byl poměrně známý homeopat a pro mě to byla normální forma medicíny. Jako dítě jsem to nerozlišoval. Pak jsem začal studovat medicínu, kde jsme se homeopatie jen letmo dotkli. Homeopatii jsem šel dělat jednoduše proto, že byl tehdy nedostatek pracovních míst a já jsem dostal práci v homeopatické nemocnici. Byl jsem ohromený tím, co pacienti řeší a jak reagují na léčbu.

Edzard Ernst (1948) se narodil ve Wiesbadenu, vystudoval lékařskou fakultu v Mnichově a zpočátku působil na tamní homeopatické klinice. Získal také znalosti dalších alternativních léčebných postupů – akupunktury, chiropraxe, autogenního tréninku apod. Pracoval v lékařském výzkumu, vedl rehabilitační kliniku ve Vídni. Roku 1993 odešel do Anglie, když univerzita v Exeteru založila první profesuru alternativní medicíny na světě. Ernst podrobil alternativní metody objektivnímu výzkumu a vesměs prokázal jejich neúčinnost. Dnes je emeritním profesorem, publikuje popularizační knihy a pořádá přednášky, v nichž varuje před riziky alternativních léčebných postupů.

Po půlroce jsem ale měl spoustu otázek k zodpovězení. Farmakologové nám říkali, že je celá homeopatie nesmysl, ale moji kolegové jí stoprocentně věřili. Odešel jsem na normální kliniku, kterou jsem ale pak zas opustil, a deset let jsem dělal jen výzkum. To byl velmi důležitý moment v mé kariéře, začal jsem totiž přemýšlet kriticky. Na fakultě jsme museli nabrat tolik znalostí, že jsme neměli čas přemýšlet nad vším kriticky.

Byly to tedy nezodpovězené otázky, které změnily váš názor.

Ano a otevřely mi, coby vědci, úplně nový pohled na věc. S tím vším jsem pak dělal rehabilitační medicínu, nejdřív v Hannoveru a poté ve Vídni, kde jsem mohl rozhodovat o tom, jakým směrem povedeme výzkum. Zaměřili jsme se i na homeopatii a další alternativní přístupy. Snažil jsem se tak zodpovědět otázky, které pro mě byly stále nezodpovězené.

Ve Vídni jsem v časopise New Scientist narazil na inzerát Univerzity v Exeteru, která založila profesuru alternativní medicíny a hledala, kým ji obsadit. V té době jsem měl za sebou už pár publikací, v nichž jsem se praktikami alternativní medicíny zabýval. Tehdy ještě ne mnoho, ale víc, než napsal v této oblasti kdokoliv jiný. To je ve stručnosti můj příběh.

Přečtěte si také

Žačka profesora Holého napumpuje do české vědy 200 milionů. „Byla jsem ve správný čas na správném místě,” říká



Jedna věc je opustit homeopatii a jiná aktivně proti ní a dalším alternativním přístupům vystupovat. Co z vás udělalo aktivistu?

Nejsem aktivista.

Omlouvám se, ale působíte tak.

To byste měli slyšet skutečné aktivisty proti homeopatii. Občas se ale nějakého aktivismu zúčastním, protože v těchto kruzích mám mnoho přátel, kteří vycházejí z mých expertiz. Aktivisté totiž často nejsou vědci, odborníci. Je důležité upozornit, že jsem zkoumal alternativní medicínu víc než kdokoli jiný na světě. Může to znít arogantně, ale je to pravda a mám na to jasné důkazy.

Jiní vědci, kteří bádají v oblasti alternativní medicíny, jejím postupům zároveň věří. Já jsem si dal závazek, že musím dát tohle všechno stranou a dělat vědu – testovat hypotézy. A to jsem také dělal. Nikdy jsem nic nepropagoval, jen jsem předkládal fakta, a to je důvod, proč sám sebe nevnímám jako aktivistu. Říkám fakta, a jestli vedou k aktivismu, tak to není moje chyba. Jestliže je homeopatie kravina, tak to také není moje chyba.

Překvapuje mě, že se řada vašich kolegů vědců nezajímá o problémy spojené s alternativní medicínou.

Oni tomu moc nerozumějí, nebo se vysmívají. Pravda ale je, že mnoho jejich pacientů alternativní medicínu využívá. Když půjdete na vyšetření, lékař se vás bude ptát, kolik toho denně vykouříte, jak moc pijete alkohol, zda pravidelně cvičíte. Nikdo se už ale nezeptá, jestli používáte alternativní medicínu, jakou, v jakém množství, jak často. Lékaři si neuvědomují, jak je to důležitá otázka. Často si myslí, že alternativní medicína nemůže uškodit, a proto se na ní nemusí ptát. A když už se ptají pacienti, jestli mohou dělat tohle nebo támhleto, nedostanou od doktora žádnou radu. Nejde to sice generalizovat, ale je to časté.

Na přednášce jste říkal, že Česká republika využívá alternativní medicínu nejvíc na světě. Čím to může být?

Je to neuvěřitelné, ale jste skutečně šampioni a nevím, jak je to možné. Napadá mě snad jen, že je ve výzkumech důležité určit šíři definice alternativní medicíny. Průzkumy v jednotlivých zemích mají tuto definici různě nastavenou, někde jsou i vitaminy a minerály považovány za alternativu. Což se týká třeba Česka. I káva je totiž svým způsobem alternativní medicína, protože se připravuje z byliny. Pak bude sto procent lidí tamhle u snídani (rozhovor proběhl v jednom z pražských hotelů)

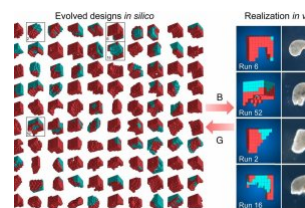
praktikovat alternativní medicínu.

Dává to smysl, započítávat do alternativní medicíny vitaminy, minerály a masáže? Vždyť je to celkem nevinné.

Nevinné to je, ale musíme je nějak definovat. Musíme rozhodnout, jestli jsou alternativní nebo opravdovou medicínou, nebo snad úplně něčím jiným. Najít pro ně čistou definici.

Přečtěte si také

Xenoboti, podivní žabí roboti. Trochu živí, trochu děsiví



Medicína velmi často našla napřed terapeutický postup a až pak jeho zdůvodnění. Napřed se zjistilo, že ovoce je prevencí proti kurdějím, až později byl objeven vitamin C. Tento příklad se dokonce uvádí v knize Trick or Treatment?, kterou napsal vědecký novinář Simon Singh s vámi jako spoluautorem. Připouštíte tedy možnost, že se časem najde vědecké zdůvodnění akupunktury, homeopatie a dalších?

Samozřejmě že se to dřív dělo a nejspíš se to bude dít i dál. Obzvlášť ve farmakologii. Lidé nalézají nová antibiotika v říši rostlin a mnoho rostlin stálo u zrodu léků proti rakovině, chemoterapeutik a dalších léků. Těžko se ale stane, že by věda potvrdila, že úplná absence aktivní molekuly, což je základ homeopatie, má nějaký efekt. Látky rostlinného původu mohou být účinné, ale absence jakýchkoliv látek nemůže mít úspěch.

Co například bylinkářství?

Bylinky určitě budou podkladem pro spoustu nových léků, ale v téhle souvislosti nemá smysl mluvit o bylinkářství. Když vezmete rostlinu a izolujete z ní jednu účinnou látku a zjistíte, že její molekula něco dělá v lidském těle, už to není

bylinkářství. Bylinkářství je to jen tehdy, když použijeme celou rostlinu, ne izolovanou účinnou látku. A proto aspirin nepatří do bylinkářství i přesto, že v základu pochází z vrby.

Homeopatie je úplně legální ve většině západních zemí. Proč je tomu tak, když je neúčinná?

Všechno je legální a má být legální, dokud to není zakázáno. Je ohromující, že jsou homeopatika hrazena ze zdravotního pojištění nebo že jsou součástí národních zdravotnických systémů. To se ale postupně mění. V Anglii jsme to už zastavili, ve Francii se to děje právě teď, v Německu se o tom mluví a v Česku by se s tím také mělo začít něco dělat.



Edzard Ernst: „Říkám fakta a jestli vedou k aktivismu, tak to není moje chyba.“ Foto: Ludvík Hradílek, Deník N

Měl jsem na mysli to, že běžné léky prochází zdlouhavým procesem klinických testů a schvalování, máme tu regulační orgány jako americký FDA, u nás Státní úřad pro kontrolu léčiv. Jak je to s homeopatiky?

V Evropě podléhá homeopatie speciální regulaci. Není stejná jako u léků. Homeopatika nemusí dokazovat svou účinnost, ale musí dokázat, že jsou kvalitní, že odpovídají deklarovanému složení. Což není tak těžké. Také musí dokázat, že jsou bezpečná a nikoho nezabijí. To je u homeopatie obzvlášť jednoduché, protože homeopatika neobsahují žádnou účinnou látku.

Takže jsou úplně bezpečná.

Měla by být, pokud jsou vyráběna v souladu s regulacemi. Úplně bezpeční už ale nejsou homeopaté, kteří dávají často komické rady, doporučují neočkovat děti nebo léčit rakovinu homeopatickými postupy. Ti život ohrožují, proto je homeopatie ve skutečnosti nebezpečnou léčbou.

Přečtěte si také

Křik žíznlivých rajčat mohou slyšet kočky a psi. My ne



Včera jste také mluvil o tom, že standardní medicína by se mohla učit od té alternativní soucitu a empatii. Mohl byste to rozvést?

Proč pacienti vyhledávají léčitele? Hodně skeptiků tvrdí, že to dělají, protože jsou hloupí. Já jsem si ale dost jistý, že to není správný závěr. Správný úsudek je, že hledají něco, co nedostanou u běžného lékaře. Když se nad tím zamyslíte, první, po čem v nemoci a strachu zatoužíte, je nalézt někoho, kdo vás pochopí, kdo vám věnuje dost času, empatie a soucitu. A to pacienti u lékařů většinou nenajdou. Lékaři by se tedy měli učit od léčitelů, jak být přívětivý, empatický a jak dát pacientovi víc než dvě minuty času.

Je to v dnešním systému organizace zdravotnictví vůbec možné?

Není to snadné, ale možné to je, když změníte systém. Podívejte se například na Švédsko, kde je průměrný čas návštěvy pacienta u lékaře 25 minut. Ve Velké Británii je

to sedm a půl minuty, takže to možné je. I lékaři chtějí mít víc času. Není to ovšem záležitost lékařů, ale politiků.

Předpokládám, že to bude potřeba změnit i vyučování na lékařských fakultách.

Možná trochu, ale ve skutečnosti vím od studentů, že by chtěli být laskaví a soucitní, ale ta profese většinu z nich té laskavosti odnaučí.

Je to proto, že nemají čas na lidský přístup?

V Británii si praktičtí lékaři stěžují, že jsou zavaleni papírováním, což je nejspíš součást problému. Neznám komplexní řešení, jen si myslím, že bychom se měli znovu zamyslet nad systémem zdravotní péče.

Přečtěte si také

Jak vznikl život? Je jinde ve vesmíru? Dosud nejnadějnějšího experimentu, jenž to má zjistit, se účastní i čeští vědci



Sledujete také hnutí proti očkování?

Trochu ano.

Je to podle vás součást takzvaných alternativních přístupů?

Vzájemně se to překrývá. Máme důkazy opřené o mnoho studií, že homeopaté mají sklony radit proti očkování. V Německu působí také hodně antroposofistických lékařů, kteří radí neočkovat, a dokonce i lékaři zaměření na celostní medicínu jsou skeptičtí k očkování. Je tedy jasné, že je tady souvislost.

Pokud máte připomínku nebo jste našli chybu, napište na editori@denikn.cz.