



Kontinuum dyskusji 2:

Dostęp do leczenia

Wprowadzenie:

Jeżeli chodzi o medycynę, czy jesteśmy odpowiedzialnymi konsumentami? Czy terapia uzupełniająca i medycyna alternatywna stanowią liczące się opcje dla pacjentów? Na czym polega etyka programów szczepień? Ta pomoc dydaktyczna umożliwia młodzieży zbadanie takich zagadnień, jak stosowanie nadmiernej liczby leków, szczepienia, medycyna alternatywna i uzupełniająca, a także zachęca ją do rozważenia kilku stwierdzeń i sytuacji dotyczących społecznych i etycznych zagadnień związanych z dostępem do leczenia medycznego.

Grupy liczące 8-12 osób rozmawiają na tematy poruszane przez każde stwierdzenie i ustalają, w którym miejscu na odcinku pomiędzy kartami „Zgadzam się” i „Nie zgadzam się” należy umieścić każdą z kart. Większe grupy mogą korzystać z tej pomocy dydaktycznej w ramach wolnej dyskusji na określony temat. Istnieje też możliwość użycia formatu wymagającego, aby uczniowie pracowali w mniejszych grupach lub w bardziej formalny sposób.

Elementy gry:

Pomoc dydaktyczna składa się z następujących elementów:

- Karty: ZGADZAM SIĘ oraz NIE ZGADZAM SIĘ
- 12 kart do dyskusji, zawierających stwierdzenie dotyczące pewnego aspektu rozwoju leków i dodatkowe informacje, o ile są konieczne

- 6 kart informacyjnych, zawierających bardziej rozbudowane informacje dotyczące kwestii poruszanych przez poszczególne karty do dyskusji

Zasady gry:

1. Gracze tworzą małe grupy, do 12 osób w grupie. Każda grupa otrzymuje kartę ZGADZAM SIĘ oraz NIE ZGADZAM SIĘ i 12 kart do dyskusji.
2. Każda grupa umieszcza kartę ZGADZAM SIĘ i NIE ZGADZAM SIĘ na podłodze lub na stole w odległości około jednego metra od siebie, tak aby reprezentowały dwa bieguny kontinuum. Pomiędzy nimi zostaną ułożone karty do dyskusji.
3. Pierwszy gracz czyta pierwszą kartę do dyskusji reszcie grupy. Gracz powinien zapytać, czy wszyscy rozumieją treść karty i w razie potrzeby, wykorzystać karty informacyjne, aby upewnić się, że grupa rozumie stwierdzenie.
4. Pierwszy gracz decyduje, w jakim stopniu zgadza się ze stwierdzeniem na pierwszej karcie. Kładzie odkrytą kartę w dowolnym miejscu na kontinuum dyskusji bliżej karty ZGADZAM SIĘ lub NIE ZGADZAM SIĘ według własnego uznania. Jest to indywidualna decyzja gracza i nie omawia się jej w grupie. Gracz może podać przyczyny decyzji, jeżeli uważa to za stosowne.
5. Każdy gracz po kolei odczytuje jedną kartę i upewnia się, że pozostali zrozumieli jej treść. Następnie umieszcza kartę w dowolnym miejscu na kontinuum dyskusji, według własnego uznania.
6. Po odczytaniu wszystkich kart, kiedy zostały one zrozumiane i ułożone na kontinuum, rozpoczyna się dyskusja. Jej celem jest ułożenie kart między kartami ZGADZAM SIĘ i NIE ZGADZAM SIĘ w kolejności, z którą zgodzi się większość graczy. Gracze powinni wybrać kartę do dyskusji i przedyskutować, czy powinna ona zostać przesunięta, czy nie.
7. Pod koniec dyskusji każda grupa powinna stworzyć kontinuum, z którym prawie wszyscy się zgadzają.
8. Jeśli kilka grup gra w tym samym czasie, prowadzący może zechcieć zestawić wyniki różnych grup. Czy są one podobne? Czy osoba z każdej grupy może wyjaśnić dokonane wybory dotyczące poszczególnych kart?

Kontinuum dyskusji zostało opracowane przez Ecsite przy współpracy z Parkiem Naukowym w Barcelonie w ramach projektu Xplore Health.

Dziękujemy At-Bristol za opracowanie formatu dyskusji: www.at-bristol.org.uk

Zgadzam

się

**Nie
zgadzam
się**

Karty do dyskusji

Wytłuszczony tekst to „stwierdzenie”, z którym gracz może się zgodzić lub nie. Tekst pisany kursywą zawiera dodatkowe informacje. Aby uzyskać więcej informacji, gracze mogą skorzystać z Kart Informacyjnych.

„Apteki nie powinny nigdy sprzedawać antybiotyków bez recepty.”

Antybiotyki to leki, które zabijają bakterie powodujące infekcje. Są stosowane do leczenia szerokiej gamy infekcji bakteryjnych, ale szczepy bakterii mogą się stać odporne na leki. Aby uzyskać więcej informacji, patrz Karta Informacyjna A.

„Za bardzo opieramy się na lekach, aby zachować zdrowie, a niewystarczająco na odpowiednim odżywianiu, regularnej gimnastyce, unikaniu papierosów, alkoholu i zdrowiu psychicznym.”

Badania wykazały, że takie czynniki, jak odpowiednie odżywianie i ćwiczenia odgrywają ważną rolę w utrzymaniu zdrowia. Ich stosowanie nie zapobiega jednak wszystkim chorobom.

„Zbyt szybko sięgamy po leki przeciwbólowe przy pierwszej okazji. Rząd powinien przeprowadzać kampanie nakłaniające do stosowania mniejszej ilości leków przeciwbólowych.”

Stosowanie leków przeciwbólowych, takich jak paracetamol, zalecane jest powszechnie przy dolegliwościach bólowych. W przypadku przekroczenia zalecanej dawki niektóre rodzaje leków przeciwbólowych mogą spowodować ostre uszkodzenie wątroby. Aby uzyskać więcej informacji, patrz Karta Informacyjna B.

„Kiedy zostanie opracowana nowa szczepionka i udowodni się, że jest ona bezpieczna, skuteczna i nie za droga, rząd ma obowiązek zadbać o to, aby jak najwięcej osób zostało zaszczepionych.”

Aby wykorzenić chorobę, konieczne jest zaszczepienie dużej części populacji. Jednak wiele osób uważa, że szczepienia ograniczają wybór oraz że powinno się udostępnić więcej informacji, aby umożliwić wolny wybór.

„Lekarze, którzy otrzymują wynagrodzenie z budżetu państwa, powinni zostać przeszkoleni i przepisywać leki uzupełniające oraz alternatywne i kierować pacjentów na terapie alternatywne, jeżeli jest to wskazane.”

Do uzupełniających i alternatywnych metod leczenia zalicza się ziołarstwo, homeopatię, akupunkturę i hipnozę.

„Rodzice powinni mieć prawo decydować o tym, czy ich dzieci powinny zostać zaszczepione przeciw takim chorobom, jak świnka.”

Świnka jest bardzo zakaźną chorobą wirusową, która zazwyczaj atakuje dzieci. Szczepienia to skuteczny sposób zapobiegania szerzeniu się infekcji. Jednak wielu rodziców niepokoi wpływ szczepień na układ odpornościowy ich dzieci.

„Rząd nie powinien płacić firmom farmaceutycznym, aby zagwarantować, że społeczeństwo zostanie zaszczepione przeciw grypie.”

Firmy farmaceutyczne mają możliwość przeprowadzania badań oraz opracowania i produkcji szczepionek. Jednakże wiele osób niepokoi to, że czasami, na przykład podczas epidemii ptasiej grypy, firmy te mają zbyt duży wpływ na kampanie rządowe w sferze zdrowia publicznego. Aby uzyskać więcej informacji, patrz Karta Informacyjna C.

„Medycyna konwencjonalna nie leczy skutecznie zapalenia stawów. Chcę zastosować alternatywne metody leczenia, takie jak akupunktura. Moje wydatki powinny zostać pokryte przez ubezpieczenie.”

Zapalenie stawów to częsta dolegliwość, która powoduje bóle i stany zapalne (obrzęki) stawów i kości. Nie można go wyleczyć, ale istnieją leki pomagające złagodzić objawy. Aby uzyskać więcej informacji, patrz Karta Informacyjna D.

„Tabletki homeopatyczne sprzedawane w aptekach powinny zawierać informacje, że ich działanie nie zostało udowodnione w badaniach klinicznych.”

Krytycy homeopatii uważają, że nie udowodniono klinicznie jej skuteczności. Natomiast zwolennicy homeopatii twierdzą, że badania kliniczne przeprowadza się w sposób niezgodny ze sposobem działania homeopatii. Aby uzyskać więcej informacji, patrz Karta Informacyjna E.

„Medycyna alternatywna powinna podlegać takim samym kryteriom badań klinicznych, jak medycyna konwencjonalna. Jeżeli nie można udowodnić, że lek jest bardziej skuteczny niż placebo, nie powinien on być sprzedawany jako środek leczniczy.”

Placebo to nadzwyczajny efekt psychologiczny, który czasem występuje, kiedy uczestnicy otrzymują inny środek zamiast leku. Czują się lepiej, ponieważ myślą, że podano im prawdziwe leki. Patrz Karta Informacyjna F.

„Rząd powinien przeznaczać fundusze na badania związane z uzupełniającymi i alternatywnymi metodami leczenia, a nie tylko na medycynę konwencjonalną.”

Do uzupełniających i alternatywnych metod leczenia zalicza się ziołarstwo, homeopatię, akupunkturę i hipnozę.

„Pacjentka odmówiła stosowania taniego konwencjonalnego leku we wczesnym stadium raka piersi i zastosowała alternatywne metody leczenia. Stan pacjentki się pogorszył. Myślę, że nie powinna otrzymać zwrotu kosztów chemioterapii.”

Nie udowodniono klinicznie, że alternatywne metody leczenia są skuteczne w leczeniu raka. Terapie te mają na celu uzupełnienie konwencjonalnego leczenia, a nie jego zastąpienie.

Karta informacyjna A:

Antybiotyki i odporność

Antybiotyki to leki, które zabijają bakterie powodujące infekcje. Można je stosować do leczenia szerokiej gamy zakażeń bakteryjnych, takich jak zapalenie migdałków czy szkarlatyna. Jednym z często stosowanych antybiotyków jest penicylina.

Pacjenci powinni zawsze przyjąć całe przepisane leczenie antybiotykiem, nawet jeżeli czują się lepiej, chyba że pracownik służby zdrowia zaleci inaczej. Jeżeli pacjent przestanie przyjmować antybiotyk w trakcie leczenia, bakterie mogą się uodpornić na ten antybiotyk. Wówczas trudniej będzie leczyć kolejną infekcję w przyszłości.

Interakcje między lekami

Kiedy równocześnie zażywa się dwa leki lub więcej, efekt działania jednego leku może zostać zmieniony przez drugi lek. Jest to tzw. interakcja między lekami. Antybiotyki mogą czasami wchodzić w interakcję z innymi lekami. Na przykład penicylina może spowodować, że stosowane jednocześnie doustne tabletki antykoncepcyjne będą mniej skuteczne w zapobieganiu ciąży.

Odporność

Bakterie mogą się przystosowywać i znaleźć sposób na przeżycie leczenia antybiotykiem. Stają się odporne na antybiotyki, co oznacza, że taki lek już nie działa na nie. Im częściej stosujemy antybiotyki, tym większe jest prawdopodobieństwo, że bakterie staną się na nie odporne. Niektóre bakterie powodujące infekcje w szpitalach, takie jak MRSA, są odporne na kilka antybiotyków.

Wówczas można zastosować inne antybiotyki, ale mogą one nie być równie skuteczne i mogą spowodować więcej niepożądanych działań ubocznych. W końcu bakterie uodpornią się również na nie. Nie możemy mieć pewności, że nadal będziemy odkrywać nowe antybiotyki, aby zastąpić wcześniejsze. W ciągu ostatnich lat odkrywa się coraz mniej antybiotyków.

Źródło: strona internetowa NHS UK

http://www.cks.nhs.uk/pacjenc_information_leaflet/antybiotyki_penicillins

Karta informacyjna B:

Stosowanie nadmiernej liczby leków

Organizacje, takie jak Światowa Organizacja Zdrowia, zawsze nakłaniają do stosowania leków i jednoczesnego przestrzegania zdrowych nawyków, takich jak odpowiednie odżywianie i regularna gimnastyka. Niektóre przypadłości, takie jak choroby genetyczne czy białaczka, nie mogą być leczone ani wyleczone jedynie dzięki odpowiedniej diecie i gimnastyce i muszą być leczone specjalnymi lekami.

Skutki uboczne

Ale wszystkie leki powodują niepożądane skutki uboczne, których nie sposób uniknąć. Im większe spożycie leków, tym większe ryzyko. Każdy produkt podawany w wystarczająco wysokich dawkach, w dawkach powtarzanych lub w sposób ciągły może w końcu stać się toksyczny. Stosowanie niektórych leków przez długi okres czasu może spowodować ich toksyczność, aczkolwiek organizm eliminuje większość z nich, dzięki czemu nie następuje ich akumulacja.

Leki przeciwzapalne

Leki przeciwzapalne to leki, które są najczęściej przepisywane i stosowane przez długi okres czasu. Większość leków przeciwzapalnych powoduje zmiany w wyściółce żołądka, co może prowadzić do owrzodzeń. Z tego powodu zaleca się stosowanie leków osłonowych podczas przyjmowania niektórych leków przeciwzapalnych.

Leki przeciwbólowe

Stosowanie dużych dawek leków zawierających szeroko znany paracetamol jako substancję aktywną przez długi okres czasu może spowodować uszkodzenie wątroby. Dzięki odkryciom nowych leków i ich rozwojowi dostępnych jest kilka innych leków przeciwbólowych, które powodują mniejsze skutki uboczne i mogą być stosowane u pacjentów z dolegliwościami wątroby; lekarz zaleci taki odpowiedni środek alternatywny.

Źródło: *How are drugs developed? Ethical, legal and social aspects.* Dr. Albert Royes, Dr. Jordi Quintana www.xplorehealth.eu

Karta informacyjna C:

Szczepionka przeciw grypie

Grypa sezonowa jest wysoce zakaźną chorobą układu oddechowego, powodowaną przez wirus grypy. Jest szybko przenoszona przez zarażone osoby, kiedy kaszlą albo kichają.

Szczepionka przeciw grypie

Szczepienie przeciwko grypie sezonowej czyli szczepionka przeciw grypie to podanie szczepionki przeciwko wirusowi grypy. Zapewnia to ochronę przed grypą przez okres roku. Szczepionki są zazwyczaj podawane osobom z grup większego ryzyka, narażonym na rozwinięcie poważnych powikłań pogrypowych. Aby uniknąć zarażenia grypą, należy szczepić się co roku.

Obecnie dostępne szczepionki przeciw grypie zapewniają ochronę przed 70-80% infekcji, a szczepy wirusa grypy dokładnie odpowiadają tym w szczepionce.

Jak wytwarzana jest szczepionka

Szczepionka przeciw grypie zawiera różne rodzaje wirusów grypy, które hoduje się w kurzych jajkach. Przed przetworzeniem ich w szczepionkę wirusy te są inaktywowane (zabijane) i oczyszczane. Ponieważ wirus grypy stale się zmienia i każdej zimy mamy inne rodzaje wirusów, co roku konieczne jest wyprodukowanie nowej szczepionki przeciw grypie.

Jak podejmowane są decyzje

Światowa Organizacja Zdrowia co roku w lutym podejmuje decyzję o tym, jakie trzy wirusy grypy najprawdopodobniej stanowią największe zagrożenie tego roku. Decyzja ta zostaje podjęta po przeanalizowaniu kilku tysięcy wirusów grypy w laboratoriach WHO na całym świecie.

Jak działa szczepionka

Okolo 7-10 dni po zaszczepieniu, organizm zaczyna wytwarzać przeciwciała skierowane przeciwko wirusowi zawartemu w szczepionce. Przeciwciała to białka rozpoznające i zwalczające zarazki, które dostały się do krwi, na przykład wirusy. Pomagają ochronić organizm przed podobnymi wirusami, w przypadku kontaktu z nimi. Wirus grypy zmienia się co roku, należy więc szczepić się co roku, aby zapewnić ochronę przed najnowszym szczepem wirusa.

Źródło: *NHS Choices*:

www.nhs.uk/Conditions/Flu-jab/Pages/Introduction.aspx

Karta informacyjna D:

Zapalenie stawów

Zapalenie stawów to częsta dolegliwość, która powoduje bóle i stany zapalne (obrzęki) stawów i kości. Główne objawy to bóle, sztywność, ograniczone ruchy stawów, stany zapalne i obrzęki.

Ponad 100 milionów osób w Europie cierpi na jakąś formę zapalenia stawów - to więcej niż na jakąkolwiek inną przewlekłą przypadłość. Dwie najczęściej spotykane formy zapalenia stawów to choroba zwyrodnieniowa stawów i reumatoidalne zapalenie stawów.

Leczenie

Zapalenia stawów nie można wyleczyć, ale istnieje szereg środków, które pomagają spowolnić postępowanie choroby. Leki mogą pomóc złagodzić objawy zapalenia stawów, a w ciężkich przypadkach może być zalecane leczenie chirurgiczne.

W przypadku choroby zwyrodnieniowej stawów często przepisuje się leki przeciwbólowe, niesterydowe leki przeciwzapalne i kortykosteroidy. W wyjątkowo ciężkich przypadkach może być zalecane leczenie chirurgiczne.

Celem leczenia reumatoidalnego zapalenia stawów jest spowolnienie postępu choroby i ograniczenie uszkodzenia stawów. Zalecane leki w przypadku reumatoidalnego zapalenia stawów to leki przeciwbólowe, leki przeciwreumatyczne modyfikujące przebieg choroby, fizykoterapia i regularne ćwiczenia.

Terapie uzupełniające

Niektórzy uważają, że stosowanie terapii uzupełniających może zmniejszyć dyskomfort i bóle związane z zapaleniem stawów. Istnieją także terapie uzupełniające, które podobno zwiększają elastyczność i mobilność.

Większość dowodów dotyczących korzystnych skutków terapii uzupełniającej w leczeniu objawów zapalenia stawów jest oparta na zwyczajnych obserwacjach i ich skuteczność nie została potwierdzona klinicznie.

Źródło: NHS UK:

www.nhs.uk/conditions/arthritis

Karta informacyjna E:

Homeopatia

Homeopatia to rodzaj medycyny uzupełniającej i alternatywnej. Są to metody leczenia, które nie opierają się na konwencjonalnych teoriach naukowych.

Homeopatia została stworzona przez niemieckiego lekarza, Samuela Hahnemanna w latach 90 XVIII wieku. Hahnemann miał kilka pomysłów, które przekształciły się w zasady homeopatii.

Podobne leczy się podobnym

Pierwsza zasada polegała na tym, że substancja wywołująca objawy u zdrowej osoby może zostać zastosowana w leczeniu tych samych objawów u chorego. Na przykład, osobę cierpiącą na bezsenność można leczyć, stosując lek homeopatyczny zawierający wyciąg z kawy.

Potencjalizacja

Druga zasada Hahnemanna polega na tym, że im bardziej rozcieńcza się daną substancję, tym bardziej zwiększa się jej skuteczność w leczeniu objawów, powodowanych przez tę substancję.

Potrząsanie i udowadnianie

Hahnemann twierdził, że proces rozcieńczania musi być przeprowadzony w odpowiedni sposób, aby był skuteczny. Na przykład, substancję taką jak ziele pokrzyki wilczej jagody należy rozcieńczyć w szklance wody lub alkoholu. Następnie silnie potrząsa się naczyniem 10 razy. Proces rozcieńczania i wstrząsania powtarza się wielokrotnie. Niektóre leki homeopatyczne rozcieńcza się, dodając jedną kroplę leku na 100 rozcieńczalnika, czyli 30 razy, tak więc końcowy roztwór substancji jest bardzo rozcieńczony. Ten proces nazwano potrząsaniem (ang. succussion).

Podczas tego procesu grupa ochotników przyjmuje sześć dawek środka w różnych rozcieńczeniach w ciągu dwóch dni. Zapisują oni wszelkie objawy psychiczne lub fizyczne w dzienniku. Każdy dziennik jest następnie zestawiany i tworzy się listę objawów, zwaną repertorium. Proces ten jest znany jako „udowadnianie”. Homeopata próbuje dopasować objawy pacjenta do objawów spowodowanych przez środek homeopatyczny w procesie udowadniania.

Źródło: NHS Choices UK:

<http://www.nhs.uk/Conditions/Homeopathy/Pages/Introduction.aspx>

Karta informacyjna F:

Medycyna alternatywna i badania kliniczne

Krytycy medycyny alternatywnej twierdzą, że nie istnieją przekonujące dowody uzyskane na podstawie przeprowadzonych badań medycznych, które wskazywałyby na to, że te metody leczenia są skuteczne. Na przykład w ramach badania opublikowanego w *The Lancet* w 2005 roku przeanalizowano ponad 100 badań klinicznych i nie znaleziono dowodów na to, że homeopatia daje lepsze wyniki niż placebo.

Efekt placebo

Placebo to nadzwyczajny efekt psychologiczny, który czasem występuje, kiedy uczestnicy otrzymują środek, taki jak np. tabletki z cukru, zamiast leku. Czują się lepiej po zażyciu tabletek, ponieważ myślą, że podano im prawdziwe leki. Zwolennicy homeopatii twierdzą, że większość badań klinicznych przeprowadza się w sposób niezgodny ze sposobem działania homeopatii.

Na czym polegają badania kliniczne

Większość badań klinicznych to badania z randomizacją, prowadzone metodą podwójnie ślepej próby, z grupą kontrolną otrzymującą placebo.

Mówiąc prościej, jeżeli chciałbyś przetestować nowy lek na migrenę, zwerbowałbyś 200 osób: 100 z nich otrzymałoby istniejący lek, a 100 pozostałych osób otrzymałoby nowy lek.

Aż do momentu zakończenia badania ani uczestnicy badania klinicznego, ani prowadzący badania nie wiedzą, kto otrzymuje dotychczas stosowane leki, a kto nowe. Jest to metoda podwójnej ślepej próby, którą stosuje się po to, aby ograniczyć ryzyko wybiórczego doboru osób do określonej grupy (ang. bias).

Po tym, jak grupy badawcze otrzymają leki, badacze notują objawy każdego uczestnika przy zastosowaniu standardowej skali. Pod koniec badania sumuje się wynik w celu ustalenia, który lek działał najlepiej.

Źródło: *NHS Choices UK*:

http://www.cks.nhs.uk/pacjenc_information_leaflet/homeopathy