



Alternatiivsete ravivõtete puhul mõjutab pigem autosugestioon ja psühhoterapia.

Kas alternatiivmeditsiin on olemas?

Meditsiin ehk arstiteadus on haiguste ennetamist, diagnoosimist, ravi ning inimese töövõime säilitamist, samuti tervise kaitset ja tugevdamist ning eluea pikendamist käsitlev teadus.

Meditsiin tugineb kaasaegsetele loodus-, sotsiaal- ja tehniliste teaduste saavutustele ja on nendega tihedalt seotud.

Rahvameditsiin kätkeb endas mitmeid lihtsaid võtteid haigustest hoidumiseks ning nende ravimiseks kogemuste alusel, mida on edasi antud põlvest põlve. Tuntuim osa rahvameditsiinist on näiteks ravimtaimede kasutamine. Palderjan, piparmünt, pärnaõied ja kummel on laialt kasutatavad raviteed tänapäevalgi.

Rahvameditsiini valda kuuluvad ka mõned füüsilised ravivõtted. Väga vana Hiina ravimeetod ehk akupunktuur on igati end õigustanud. Praegu rakendatakse seda meetodit laialdaselt valust vabanemiseks.

Rahvameditsiinis on palju seda, mis on end aegade vältel õigustanud ja meditsiini rikastanud, aidates terveneda ja tervist hoida ning olles täiendavaks ja toetavaks raviks.

Alternatiivmeditsiini rääkides on tegu pigem üksikute ravivõ-

tetega, millest osa tekitab tõsiseid köhklusid ja kahtlusid. Mitmete võtete taga peituvad ei ole võimalik uurida, neid peab ainult uskuma. Säärasteks on näiteks mittekontaktne massaaž, biovälja mõõtmine ja mõjutamine, organismi puhastuskuurid ning lõhnaravi ehk aroomiteraapia, mille puhul rakendatakse mitmeid eeterlikke õlisid inimese tervise ja meeleolu mõjutamiseks.

Teaduslikku põhjendust ja kliiniliselt tõestatud efekti lõhnaravi korral pole saadud.

Tegelikult pole olemas

Üle 200 aasta on vastu pidanud Saksa arstide poolt väljatöötatud homöopaatia. Meetodi põhimõtte on, et haigusi saab ravida selliste ainete väikeste annustega, mille suured annused tekitavad haigust.

Homöopaatias ei ravita ravimitega, sest ravimeid kasutatakse üliväikestes annustes, mille lõpplahjendustes ei pruugi raviainet enam üldse olla. Selliste üliväikeste annuste kasutamine pole teaduslikult põhjendatud. Homöopaatilise ravi tulemust mõjutab pigem psühholoogiline pool, autosugestioon ja psühhoterapia. Alternatiivseid meetodeid on veel teisi.

Kaasaegne meditsiin teeb tohutuid edusamme – paljud haiged,

keda varem ei osatud aidata, saavad nüüd terveks. Vaatamata sellele näib alternatiivsete ravimeetodite kasutamine meil pigem kasvavat kui kahanevat. Seetõttu peaks ka alternatiivsete ravitsejate üle säilima kontroll.

Lootus ime abil terveneda

Alternatiivsete ravimeetodite järele haaratakse sageli seetõttu, et ollakse pettunud tavameditsiinis, minnakse kaasa usaldust tekitava reklaami või tuttava soovitusega. Pealegi võib ka mõne alternatiivse ravimeetodi kasutamisel tunduda enesetunne parem ja see on juba isenesest suureks reklaamiks.

Kuna alternatiivse ravi pakkujate hulgas on pettureid ja šarlatane, siis võib nende "ravi" olla sageli negatiivse tulemusega või koguni patsiendile ohtlik, kuna arsti antud haiguse diagnoos ja ravi võivad lootusetult hilineda.

Alternatiivse ravi valdkond vajab õiguslikku reguleerimist, kaitsmaks inimesi asjatundmatute ravitsejate eest. Nimelt ei ole meditsiinilist haridust mitteomavatel inimestel lubatud tegelda haiguste diagnoosimisega ning keelatud on igasugused organismi sisse tungivad protseduurid, näiteks süstimid.