

ВИДОВЕ КОМПЛЕМЕНТАРНИ МЕТОДИ ЗА ЛЕЧЕНИЕ, ИЗПОЛЗВАНИ ОТ ОПЛ В БЪЛГАРИЯ

Нилгюн Аптараман¹, Йорданка Стайкова-Пировска²

¹Тракийски университет, Медицински колеж, Стара Загора

²Тракийски университет, Медицински факултет, секция „Обща медицина“,
Стара Загора

COMPLEMENTARY TREATMENT METHODS USED BY GPs IN BULGARIA

Nilgun Aptaraman¹, Yordanka Staykova-Pirovska²

¹Trakia University, Medical College, Stara Zagora

²Trakia University, Medical Faculty, General Medicine Section, Stara Zagora

РЕЗЮМЕ

Въведение: Комплементарните методи на лечение са познати под различни наименования в различните страни, като холистични, нетрадиционни, интегративни, алтернативни, а в България са узаконени като неконвенционални методи на благотворно повлияване. Този доклад е част от проучване в основата на дисертационен труд на тема „Алтернативна/Комплементарна медицина в общата практика“. Обхванати са общопрактикуващи лекари от различни градове в страната. От направения обзор на научна литература за другите страни откриваме множество проучвания на комплементарните методи в общата практика, за България обаче това е първо по рода си проучване.

Цел: Целта на настоящото проучване е да се анализира и оцени употребата на различните алтернативни/комплементарни методи за лечение от ОПЛ в общомедицинската практика

Материал и методи: Обект на проучването са 171 общопрактикуващи лекари. Използван е анкетен метод със запазен принцип на анонимност. Въпросникът включва 31 въпроса и разглежда 24 комплементарни метода на лечение. При статистическата обработка са използвани описателен анализ, непараметричен анализ χ^2 тест с ниво на значимост $p < 0,05$.

Резултати: Най-известните и познати комплементарни методи сред ОПЛ са хранителна диета с 61,8% от ОПЛ, хомеопатия 55,9%, фитотерапия 50,6%, лечебна гимнастика 43,5%, акупунктура 39,4%, вендузолечение 34,7%,

ABSTRACT

Introduction: The complementary methods of treatment are known under different denominations in different countries, such as holistic, nontraditional, integrative, alternative, and in Bulgaria they are legalized as unconventional methods of beneficial influence. This report is part of a study that lies in the foundation of a dissertation thesis entitled “Alternative/Complementary Medicine in General Practice”. General practitioners from different cities in the country are included. From the review of the scientific literature for other countries we found numerous studies of complementary methods in general practice, but for Bulgaria this study is the first of its kind.

Aim: The aim of this article is to analyze and evaluate the use of various alternative/complementary methods of treatment by GPs in the general medical practice.

Material and Methods: The study includes 171 general practitioners. An anonymous questionnaire was administered, consisting of 31 questions and examining 24 complementary methods of treatment. Descriptive analysis, nonparametric analysis – chi square test with a level of significance $p < 0,05$, was used in the statistical processing.

Results: The best known complementary methods among GPs are diet, according to 61.8% of GPs, homeopathy - 55.9%, phytotherapy - 50.6%, gymnastics - 43.5%, acupuncture - 39.4%, cupping therapy - 34.7%, hunger therapy - 31.8%, yoga - 31.2%, acupressure - 30.0%, and 5.9% of GPs report not to be familiar with any of the methods listed in

лечебно гладуване 31,8%, йога 31,2%, акупресура 30,0%, а на 5,9% от ОПЛ нито един метод от изброените в анкетата не им е познат. Водещите комплементарни терапии, практикувани от ОПЛ, са същите, но със значително по-малък процент от лекарите – хранителна диета 49,7%, хомеопатия 42,7%, фитотерапия 39,8%, лечебна гимнастика 31,6%, лечебно гладуване 17,5%, акупунктура 15,2%, акупресура 11,1%, йога 10,5%, докато 17% от ОПЛ не използват никакъв комплементарен метод от посочените. Има статистически значима зависимост между пола и прилагането на хранителна диета – тя се използва повече от мъжете ($p=0,018$), докато лечебна гимнастика се използва предимно от младите лекари – 18-29 г. и след това от лекарите на възраст 45-64 г. и над 65 г. ($p=0,02$).

Изводи: ОПЛ в България практикуват най-често диета, хомеопатия, билколечение, лечебна гимнастика и лечебно гладуване, за разлика от други страни като Америка, Австралия, Англия и Канада, където най-често използвани терапии са акупунктура, хиропрактика, релаксация, хипноза и йога, а в Бразилия, Русия и страните от Европа най-често се използват хомеопатия, билколечение, балнеотерапия, апитерапия, ароматерапия, акупунктура.

Ключови думи: комплементарна медицина, алтернативна медицина, общопрактикуващ лекар, общомедицинска практика

УВОД

Нетрадиционните методи на лечение са разпространени в различните страни под различни наименования, които имат сходни и близки значения, често с неясна граница между тях. Едно от първите понятия, алтернативна медицина (АМ), обозначава терапии и практики, с които пациентите предпочитат да се лекуват самостоятелно като терапевтични алтернативи на конвенционалната медицина. В чистия си вид АМ не е толкова разпространена сред пациентите (10). Друго често срещано понятие е комплементарна медицина – КМ, която представлява алтернативни практики, които се използват заедно с конвенционалното лечение (5). Това и най-често срещаната форма на нетрадиционни терапии, използвани и практикувани от лекарите и пациентите. Друго разпространено понятие е традиционна медицина – ТМ, имаща дълга история, и е сбор

the questionnaire. The leading complementary therapies practiced by GPs are the same, but the share of physicians who actually use such methods is significantly lower: diet - 49.7%, homeopathy - 42.7%, phytotherapy - 39.8%, gymnastics - 31.6%, hunger therapy - 17.5%, acupuncture - 15.2%, acupressure - 11.1%, yoga - 10.5%, while 17% of GPs do not use any of the complementary methods outlined above. There is a statistically significant relationship between sex and diet - it is used more often by men ($p=0.018$), while gymnastics is mainly used by young doctors, 18-29 years, and then by those aged 45-64 years and over 65 years ($p=0.02$).

Conclusion: GPs in Bulgaria most often recommend diet, homeopathy, herbal therapy, gymnastics, and hunger therapy, unlike other countries such as America, Australia, England and Canada, where the most commonly used therapies are acupuncture, chiropractic, relaxation, hypnosis, and yoga, while in Brazil, Russia and the countries of Europe homeopathy, herbal therapy, balneotherapy, apitherapy, aromatherapy, and acupuncture are used most often.

Keywords: complementary medicine, alternative medicine, general practitioner, general medical practice

от знания, умения и практики, базирани на вярвания, разбираня и опит, характерни за всяка култура. Те се използват в поддържане на здравето, превенцията, диагностиката и лечението на физически и психически заболявания. Такъв вид медицина са традиционната китайска медицина, аюрведа, арабската медицина, Унани медицината (27).

Общопрактикуващите лекари прилагат най-често комплементарна медицина, тъй като заедно с конвенционалната си медицинска практика прилагат и различни алтернативни методи на лечение. Те са и водещата група лекари сред лекарското съсловие, които прилагат комплементарна медицина в страните по света (18).

В зависимост от културата, региона и потребностите на хората има леки нюанси и вариации в използването и прилагането на различните комплементарни методи. Наблюдава се, че Америка, Австралия, Англия и Канада имат най-често

едни и същи или много близки водещи терапии, които пациентите предпочитат.

Америка е голяма страна и са правени множество проучвания през годините, които посочват различни водещи терапии. Като най-често използвани се посочват акупунктурата (17), също така и хиропрактика (6,17,26), различни масажи (17,26). За по-малко използвани се посочват хомеопатията, билколечението (17), диетика, упражнения, релаксация и медитация (6,26). През 2002 г. обаче водещи започват да са билковата медицина, релаксация и йогата, а намалява използването на хиропрактика (22). Австралия се доближава до САЩ, като водещи терапии и тук са акупунктура, медитация, хипноза и хиропрактика (19). В Англия също водеща е акупунктурата (10,28), хиропрактиката и билковата медицина (8,28), а по-малко търсени от пациентите са хомеопатия, хипнотерапия (18,28) и мануална терапия (23).

В Канада водещи са акупунктура, хиропрактика, хипноза, рефлексотерапия, по-малко натуропатия и хомеопатия (24), а за Бразилия (4), както и за Русия (3) водещи са биологично базирани комплементарни терапии, като билкотерапия, ароматерапия, Бах терапия, балнеотерапия, апитерапия и също така хомеопатия, хиродотерапия (1). В Катар на водещо място по използване са психотерапия, диета, хранителни добавки, акупунктура, масаж (5).

За страните от Европа има и обзорни проучвания. Според две големи проучвания, обхващащи близо 20 страни в Европа, най-често срещаните АМ/КМ терапии са акупунктура и хомеопатия (16), както и мануална терапия и билкова медицина (9). Друго голямо проучване допълва предните две като дава по-подробна информация относно разпространението на тези методи в проценти в няколко страни. Акупунктурата е разпространена най-много във Франция 21%, Белгия – 19% и Холандия – 16%. Хомеопатия се практикува предимно в Белгия – 56%, Франция – 32%, Холандия – 31% и Дания – 28% (25). Мануални терапии използват най-вече в Дания – 23%, Белгия – 19%, и по-малко във Франция 7%. Фитотерапия-Белгия 31% и Франция 12%, а рефлексотерапия се практикува от 39% от пациентите в Дания (28).

В Германия водещи са билковата медицина и хомеопатията (13), както и Обединени арабски емирства, където освен тях се използва и акупунктура (14). В Турция също водещи са използването на билки от пациентите (21). В Ирландия пациентите предпочитат хранителни добавки,

билкова медицина, мануални терапии, масажи, акупунктура, йога, по-малко популярни са сред тях хомеопатията, китайската традиционна медицина, медитацията и психотерапията (7). Италия е с три водещи терапии – акупунктура, мануално-терапевтични техники и хомеопатия (12).

В Пакистан пациентите използват предимно хомеопатия, Унани медицина, молитва, по-малко билки, добавки и диета (20).

В Китай има клиники както по конвенционална медицина, така и по традиционна китайска медицина (ТКМ).

Традиционна китайска медицина с навлизането в другите страни претърпява трансформация, която започва в края на 1940 г., при управлението на Мао. Неговата цел е била да превърне китайската медицина в по-широко достъпна. В сегашния си вариант китайската медицина, която се практикува от западните държави се различава от ТКМ – използват се предимно готови билкови рецепти и смеси, както и основен метод на лечение е акупунктурата и някои методи от туйна масажа, докато по-старата форма на ТКМ поставя огромен акцент не само върху различните терапевтични техники, но и върху диетата, начина на живот, и умствената ориентация, взаимодействието с патофакторите в околната среда, както и емоционалния свят (15).

Аюрведа е най-често практикуваната форма на комплементарна медицина в Индия. 80% от пациентите я използват, освен нея се срещат Siddha и Unani традиционна медицина (11). Има 250 аюрведични колежа в Индия и е официално призната медицина наравно с конвенционалната (2).

МАТЕРИАЛИ И МЕТОДИ

Обект на проучването са 171 общопрактикуващи лекари от цялата страна, на индивидуални и групови практики. Използван е анкетен метод със запазен принцип на анонимност. Въпросникът включва 31 въпроса и разглежда 24 комплементарни метода на лечение. При статистическата обработка са използвани:

1. Описателен анализ – за оценка на честотни разпределения при качествени променливи, с абсолютни честоти и относителен дял \pm стандартна грешка (Sp).
2. Непараметричен анализ χ^2 тест за оценка на хипотези за взаимовръзка между изследвани променливи с точен тест на Фишър. Използвано ниво на значимост $p < 0,05$.

3. Софтуерни продукти – данните са въведени и обработени статистически с помощта на програмния пакет IBM SPSS Statistics V 19.0.

РЕЗУЛТАТИ И ОБСЪЖДАНЕ

Разпределението на ОПЛ спрямо тяхната запознатост с определен комплементарен метод е както следва: най-познати са диета (61,8%), хомеопатия (55,9%), фитотерапия (50,6%), лечебна гимнастика (43,5%), акупунктура (39,4%), вендузолечение (34,7%), лечебно гладуване (31,8%), йога (31,2%), акупресура (30,0%). По-малко познати са ароматерапия (27,1%), медитация (22,4%), молитва (20,6%), хипноза (17,1%), рейки (17,1%), арт терапия (15,9%), рефлексотерапия (15,9%), аюрведа (15,9%), бах терапия (14,1%). Най-малко познати сред ОПЛ се оказва, че са аурикулотерапия (12,4%), моксиотерапия (8,8%), кристалотерапия (8,8%), цигун (7,6%), юмейхо терапия (5,9%), регресия (4,7%), суджок (2,4%), а на 5,9% от лекарите нито един от изброените методи не им е познат.

ОПЛ, които са отбелязали, че познават добре комплементарните методи, са 60,8%. От тях 35,7% ги прилагат на пациенти, 14% ги прилагат само на себе си, а 11,7% от ОПЛ прилагат и на себе си, освен на пациентите.

Общопрактикуващите лекари, които познават тези методи много добре, са 19,9%. От тях 18,7% прилагат на пациентите си, а 7,6% от лекарите прилагат и на себе си, и на пациентите. Лекарите, които познават отлично отбелязаните от тях комплементарни методи, са само 2,9%.

Има статистически значима разлика между познаването на някои методи и възрастта на лекарите: терапии, с които са запознати в по-голям процент младите лекари на възраст 18-29 г, са вендузолечение $p=0,015$, йога $p=0,007$. Лечебното гладуване е познато и на лекарите между 30 и 44 г., $p=0,001$.

Лечебното гладуване е по-познато сред мъжете лекари, $p=0,007$, както и молитвата, $p=0,019$, и хипнозата, $p=0,011$.

Спрямо други показатели като трудов стаж, вид на практиката и запознатостта на ОПЛ към определени АМ/КМ, не е открита статистически значима разлика ($p>0,05$).

В другите научни проучвания не се откриват такива зависимости, има обаче открита зависимост между стила и начин на живот на лекарите и прилагането на АМ/КМ. Лекарите, които се стремят да живеят по-здравословно, редовно практикуват йога или други упражнения, както и са вегетарианци или спазват даден хранителен

режим, повече препоръчват и прилагат АМ/КМ (12). В нашето проучване тази сфера на влияние не е засегната.

На въпроса кои методи използват в медицинската си практика общопрактикуващите лекари, отговорите за алтернативните терапии са почти същите, но в процентно съотношение се прилагат от по-малко лекари: диета (49,7%), хомеопатия (42,7%), фитотерапия (39,8%), лечебна гимнастика (31,6%), лечебно гладуване (17,5%), акупунктура (15,2%), акупресура (11,1%), йога (10,5%), молитва (9,9%), вендузолечение (9,4%), ароматерапия (5,8%), рефлексотерапия (5,3%), рейки (4,7%), бах терапия (4,7%), арт терапия (3,5%), аюрведа (3,5%), аурикулотерапия (2,9%), мокса (2,3%), цигун (2,3%), кристалотерапия (2,3%), медитация (8,8%), хипноза (1,8%), юмейхо терапия (1,8%), суджок (1,8%), а нито един от изброените в анкетата методи не използват 17,0% от ОПЛ.

Има статистически зависима разлика между възрастта и прилагането на лечебна гимнастика, тя е най-използвана от младите лекари – 18-29 г. и след това от лекарите на възраст 45-64 г. и над 65 г., $p=0,02$, докато хранителна диета се използва повече от мъжете, $p=0,018$. Няма открита статистическа зависимост между другите алтернативни методи и пола и възрастта на ОПЛ ($p>0,05$).

ОПЛ, които според тях владеят отлично комплементарните методи, са 5,3%, като от тях всички с изключение на един имат сертификат за преминат курс на обучение по дадения алтернативен метод. Лекарите, които владеят много добре дадения метод, са 12,9%. Има статистическа зависимост с високо ниво на значимост ($p<0,0001$) между владенето на даден метод много добре и прилагането му. Повечето лекари владеят алтернативния метод добре – 52,6%. Лекарите, които в една или друга степен казват, че владеят АМ/КМ, са 68,4%, като от тях 10,5% не ги прилагат. ОПЛ, които не владеят комплементарни методи, са 31%. От тях 3 имат сертификат, 10 прилагат на себе си, а 2 от лекарите прилагат и на пациентите си. Също така, 16 от тези лекари казват, че са прилагали през последната година някакъв алтернативен метод.

ИЗВОДИ

ОПЛ в България практикуват най-често диетата, хомеопатия, билколечение, лечебна гимнастика и лечебно гладуване, за разлика от другите страни, където най-често използвани терапии са акупунктура, хиропрактика, релаксация, хипноза и йога (в Америка, Австралия, Англия и Кана-

да), а в Китай и Индия се практикуват холистични традиционни системи като ТКМ и Аюрведа.

Нашите данни се доближават повече до страните от Европа и до Русия, където най-често се използват хомеопатия, билколечение, балнеотерапия, апитерапия, ароматерапия, акупунктура. Близко половината от анкетираните лекари познават и владеят добре комплементарните методи, отбелязани от тях. Младите лекари са по-запознати с вендузолечение, йога и лечебното гладуване, а имат предпочитание да прилагат лечебна гимнастика, докато мъжете – хранителна диета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Мачарадзе ДШ. Комплементарная и альтернативная терапия при atopическом дерматите. Вопросы Современной Педиатрии, 2010; 9(3).
2. Рагозин БВ. История развития аюрведической медицины в России. Электронном научном журнале. ISSN 2414-5041, 2016; 1(4).
3. Худяков АВ, Позднякова НД, Кулигин ИВ. Отношение пациентов и врачей к нетрадиционной (народной) медицине. Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2013;9.
4. Alfano AC, Paiva CE, Rugno FC., da Silva RH, Paiva BS., Biologically based therapies are commonly self-prescribed by Brazilian women for the treatment of advanced breast cancer or its symptoms. Support Care Cancer. 2014;22(5):1303-11.
5. Al Shaar IAMS, Ismail MFS, Yousuf WAAA, Salama RE. Knowledge, attitudes and practice of general practitioners towards complementary and alternative medicine in Doha, Qatar, EMHJ, 2010; 16(5).
6. Astin T. Why Patients Use Alternative Medicine Results of a National Study FREE JAMA. 1998;279(19):1548-1553.
7. Chang HK, Brodie R, Choong MA, Sweeney K, Kerin M. Complementary and alternative medicine use in oncology: A questionnaire survey of patients and health care professionals, BMC Cancer 2011;11:1471-2407.
8. Drivdahl CE, Miser WF. The use of alternative health care by a family practice population. J Am Board Fam Pract. 1998;11(3):193-9.
9. Fisher P, Ward A. Complementary medicine in Europe. BMJ. 1994; 309(6947):107-11.
10. Fulder SJ, Munro RE. Complementary medicine in the United Kingdom: patients, practitioners, and consultations. Lancet. 1985; 2(8454): 542-5.
11. Gawde SR, Shetty YC, Pawar DB. Knowledge, attitude, and practices toward ayurvedic medicine use among allopathic resident doctors: A cross-sectional study at a tertiary care hospital in India. Perspect Clin Res 2013;4:175-80.
12. Giannelli M, Cuttini M, Da Frè M, Buiatti E. General practitioners' knowledge and practice of complementary/alternative medicine and its relationship with life-styles: a population-based survey in Italy BMC Family Practice 2007; 8:30.
13. Himmel W, Schulte M, Kochen MM. Complementary medicine: are patients' expectations being met by their general practitioners? Br J Gen Pract. 1993; 43(371): 232-235.
14. Hassan MY, Das M, Behjat S. Alternative medicine and the medical profession: views of medical students and general practitioners. Eastern Mediterranean health journal, 2000, 6(1):25-33.
15. Kligler B. The Integrative Family Practice, Explore, 2006; 2(6): 522-530.
16. Längler A, Zuzak T. Complementary and alternative medicine in paediatrics in daily practice—A European perspective, Complementary therapies in medicine, 2013; 21(1): 26-33.
17. Maha N, Shaw A. Academic doctors' views of complementary and alternative medicine (CAM) and its role within the NHS: an exploratory qualitative study BMC Complementary and Alternative Medicine 2007, 7:17.
18. Perry R, Dowrick CF. Complementary medicine and general practice: an urban perspective. Complement Ther Med. 2005; 331(7521): 856-857.
19. Pirotta MV, Cohen MM, Kotsirilos V, Farish SJ. Complementary therapies: have they

- become accepted in general practice? Med J, 2000; 172 (3): 105-109.
20. Shaikh SH, Malik F, James H, Abdul H. Trends in the Use of Complementary and Alternative Medicine in Pakistan: A Population-Based Survey. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. 2009, 15(5): 545-550.
 21. Tan M, Uzun O, Akçay F. Trends in Complementary and Alternative Medicine in Eastern Turkey. The Journal of Alternative and Complementary Medicine. November 2004, 10(5): 861-865.
 22. Tindle HA, Davis RB, Phillips RS, Eisenberg DM. Trends in use of complementary and alternative medicine by US adults: 1997-2002. Altern Ther Health Med. 2005;11(1):42-9.
 23. Van Haselen RA, Reiber U, Nickel I, Jakob A, Fisher PA. Providing Complementary and Alternative Medicine in primary care: the primary care workers' perspective. Complement Ther Med. 2004;12(1):6-16.
 24. Verhoef M, Sutherland L. Alternative medicine and general practitioners opinion and behaviour. Canadian Family Physicians 1995; 41(6): 1005-1011.
 25. Visser G, Peters L. Alternative medicine and general practitioners in The Netherlands: towards acceptance and integration. Fam Pract. 1990, 7: 227-32.
 26. del Mundo WF, Shepherd WC, Marose TD. Use of Alternative Medicine by Patients in a Rural Family Practice Clinic (Fam Med 2002;34(3):206-12.
 27. Zollman C, Vickers A. ABC of complementary medicine: complementary medicine and the doctor. BMJ. 1999, 319: 1558-61.

*Адрес за кореспонденция:
Нилгюн Аптараман
Медицински колеж
ул. „Армейска“ 9
Стара Загора
e-mail: apti_b@abv.bg*