*Ikke la deg lure: Spennende navn gir ikke alternative behandlinger større effekt, men de gir definitivt mer oppmerksomhet.*

For noen år siden da jeg var rimelig fersk fysikkstudent og tok innføringskurs i kvantefysikk, sa faglæreren noe som satt seg. «Håper ikke det er noen alternativmedisinere her. I denne forelesningen skal jeg nemlig bruke noen ord som kan komme godt med på neste alternativmesse». Salen brøt så klart ut i latter, men bak satiren ligger det likevel noe mer alvorlig. For de aller fleste er det vanskelig å skille den vitenskapelige bruken av begreper som *frekvens* eller *energi* fra den alternative. For når en behandling høres vitenskapelig ut, skaper det også forventninger til virkningen. Hvis den i tillegg løser helseproblemer på en tilsynelatende enkel måte er det vanskelig ikke å falle for fristelsen.

**For å bli frisk må du forvente å bli frisk**

At forventninger har mye å si ble godt illustrert da TNS Gallup i slutten av april presenterte resultatene fra undersøkelsen *Helsepolitisk barometer 2016[[1]](#footnote-1)*. Undersøkelsen tok for seg spørsmål knyttet til helse og folks forventinger til helsevesenet i Norge, og alternativ medisin var et av temaene. Den viste at mer enn en tredel av befolkningen tror at behandlerne er bedre kvalifisert enn de trenger å være. 37 prosent av de spurte mente nemlig at de fleste som tilbyr alternativ behandling har en «faglig kompetanse basert på en formell utdannelse» for å utøve den. Men man trenger ikke noen formelle kunnskaper for å selge alternativ behandling. Det er fritt frem for hvem som helst å kjøpe et apparat på Internett, kalle seg alternativ behandler, og ta seg godt betalt for å «kurere» for eksempel allergier.

**Finurlig kvantelureri**

Se for deg et barn som sitter på en huske. Det svinger fra den ene siden til den andre og tilbake igjen. Tiden det tok fra barnet startet svingningen til det kom tilbake til startstedet kalles svingetid. Hvis barnet svinger frem og tilbake på to sekunder, svinger det en halv runde på ett sekund. Vi sier da at *frekvensen* til husken er en halv (0,5 Hz). Frekvens er hvor mange ganger noe skjer i løpet av ett sekund.[[2]](#footnote-2)

Kvantemedisinerne mener blant annet at de kan måle frekvensen til celler. Hvor fort alle de titalls billioner[[3]](#footnote-3) cellene i kroppen din svinger frem og tilbake. Ikke bare én og én, men alle på én gang. Tenke seg det kaoset – 40 billioner knapt forskjellige signaler som sendes ut og som så skal tolkes av en maskin. Det ville vært en vitenskapelig bragd, og dermed hviler metoden på mildt sagt litt ustø grunn. Man vet ikke engang eksakt hvor mange celler det er i kroppen. Ved å måle alle signalene ville man lett kunne talt hvor mange det var av dem, og det er et relativt stort vitenskapelig funn i seg selv. Som med alle slike behandlinger er det heller ikke vist at det har noen effekt mot sykdommer. I tillegg er det ingen krav til behandleren om at den må ha noen som helst kunnskap om fysiologien eller fysikken i kroppen.

**Alternativbehandlingens vitenskapsparadoks**

Hvordan kan man da selge en slik behandling? Jo, ved å legge til uvitenskapelige beskrivelser som at «resonansfrekvensene følger meridianene». Ved å legge til litt åndelighet og overnaturlighet kan man overbevise mange. Da er det ikke lenger relevant at det høres spinnvilt ut fra et fysisk ståsted. Definisjonen av alternativ behandlingen er at den ikke har noen vitenskapelig dokumenterte helsevirkninger. Mange av de som driver med behandlingene er også i mot at dette skal ha noe å si: «Så lenge det ser ut til at det virker når jeg gjør det, er det ikke så viktig at det er mulig å se at det virker i vitenskapelig kontrollerte forsøk». Hvorfor skal vi tro dem?

Det ser også ut til at det er en overlapp mellom de som bruker alternativ behandling og de som overvurderer behandlerne. I 2014 svarte 36 prosent at de hadde brukt alternativ behandling mot et helseproblem det siste året. Det reiser spørsmål om mange ikke bare overvurderer behandlerne, men også behandlingene.

**Det enkleste er ofte det dyreste**

Enkle løsninger på helseplager veldig fristende for de fleste. Uheldigvis er disse løsningene

Som oftest også dyre. Det finnes veldig mye alternativ medisin der ute, men hvis du velger å

gå for noe – velg det som føles godt uten at du trenger å slå hull på sparegrisen.

Ikke velg lettvinte behandlinger, for medisin er ikke lettvint. Det vi har av helsetilbud i dag er utviklet gjennom tusener av år med prøving og feiling. Men bare de siste tiårene har metodene for å finne ut hva det er som faktisk virker, og hva som bare ser ut som det virker, blitt utrolig mye bedre. I alle disse årene har det også funnes kvakksalvere. I dag finnes de gjerne som selgere av dyre behandlinger på alternativmesser.

1. https://www.tns-gallup.no/tns-innsikt/rapport4?pid=TNS-Report-ReportFile [↑](#footnote-ref-1)
2. Et annet eksempel er sekundviseren på en klokke. Den bruker 60 sekunder på en runde og har dermed en frekvens på en sekstidel (~0,016 Hz). [↑](#footnote-ref-2)
3. Engelsk «trillion»: http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3109/03014460.2013.807878 [↑](#footnote-ref-3)