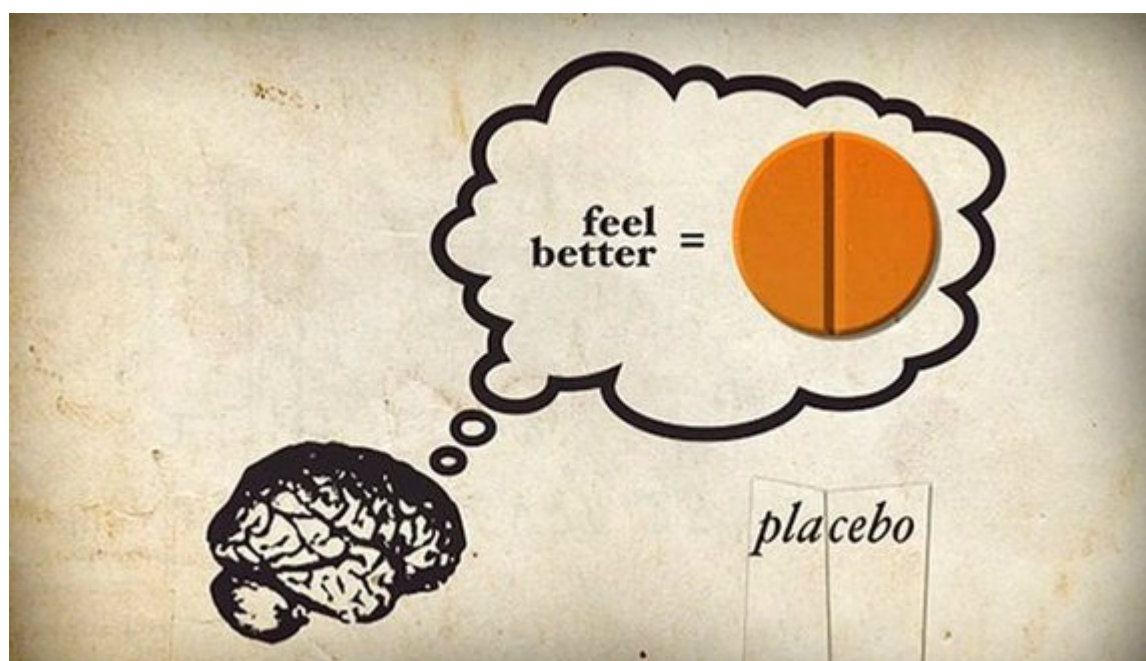


اثر پلاسیبو چیست و چگونه باعث بهبود علائم بیماری می شود؟ - دیجیاتو

حمید مقدسی | یکشنبه، ۲۱ شهریور ۱۳۹۵

اثر پلاسیبو (Placebo Effect) به نتایج سودمند درمان های مصنوعی و تقلبی روی یک فرد اشاره دارد، درمان هایی که هیچ ارزش پزشکی ندارند. بنابراین بهبود وضعیت فرد تنها حاصل باور اوست، نه روند معالجه. واژه پلاسیبو ریشه لاتین دارد و معنای تحت اللفظی آن «من خوب خواهم شد» است.

به عبارت دیگر، با ایجاد حالت پلاسیبو، مغز فرد به حالت خاصی وارد می شود که تأثیر قابل توجهی بر کل بدن، و حتی بر خود مغز دارد. این وضعیت ذهنی می تواند یک سری تغییرات روانی و جسمانی را به وجود آورد که بسیاری از علائم بیماری را از میان برده، و حتی آن را به طور کامل درمان نماید.



در فهرست بیماری هایی که تحت تأثیر پلاسیبو قرار می گیرند، می توان انواع مختلف درد، افسردگی، بیماری های مزمن همچون دیابت یا بیماری های قلبی، و حتی برخی از انواع سرطان ها را مشاهده کرد. البته هنوز نتایج آشکار و واضحی در این زمینه به دست نیامده.

در واقع اثر پلاسیبو آنقدر قدرتمند و رایج است که در تمامی آزمایشات بالینی نوین به منظور بررسی داروهای جدید، طرح تحقیق باید آنقدر دقیق طراحی شود که ثابت نماید این دارو اثر

درمانی واقعی دارد، و نتایج به دست آمده صرفاً به خاطر اثر جعلی یا پلاسیبو نبوده.

به همین منظور طرح های آزمایش پوشیده (کور) و دوسو پوشیده ارائه شدند. در حالت اول، بیمار نمی داند که آیا داروی واقعی دریافت می دارد یا داروی تقلبی. در حالت دوم، حتی پزشکان نیز نمی دانند که کدام بیمار از داروی اصلی استفاده می کند و کدامیک داروی تقلبی و بی اثر را دریافت می نماید.



با استفاده از این روش، از بروز اثر پلاسیبو در بیماران و سوگیری ذهنی پزشکان در مورد نتایج به دست آمده، جلوگیری می شود.

در واقع اگر به خوبی بتوان از اثر پلاسیبو بهره گرفت، می توان به یکی از برترین روش های درمان مکمل دست یافت، زیرا این روش هزینه ای در پی ندارد، اثرات جانبی خاصی برای آن گزارش نشده، و معمولاً نتایج مثبت بسیار خوبی را حاصل می کند.

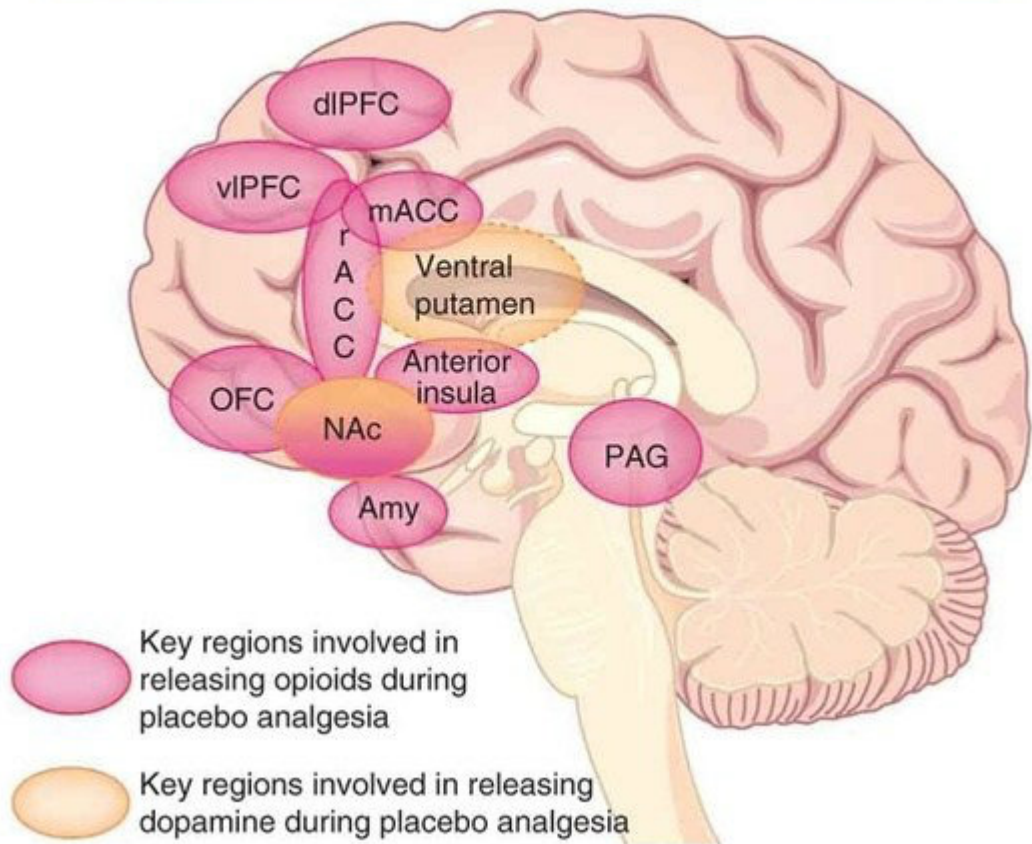
متأسفانه در حال حاضر هیچ اطلاعاتی در مورد نحوه عملکرد اثر پلاسیبو در مغز و بدن وجود ندارد، و به سختی می توان این اثر را به صورت دلخواه ایجاد نمود. با این حال با پیشرفت های اخیر در حوزه علوم عصبی، محققین توانسته اند درک بهتری از نحوه فریب خوردن مغز به دست آورند.

به عنوان مثال در سطح آناتومیکی، چندین قسمت از مغز در حین درمان های پلاسیبو فعال می شوند که در شکل زیر نمایش داده شده اند. توجه کنید قسمت های قرمز و نارنجی در حین وضعیت پلاسیبو، اقدام به آزادسازی پیام رسان های عصبی همچون اپیوید و دوپامین می نمایند.

C

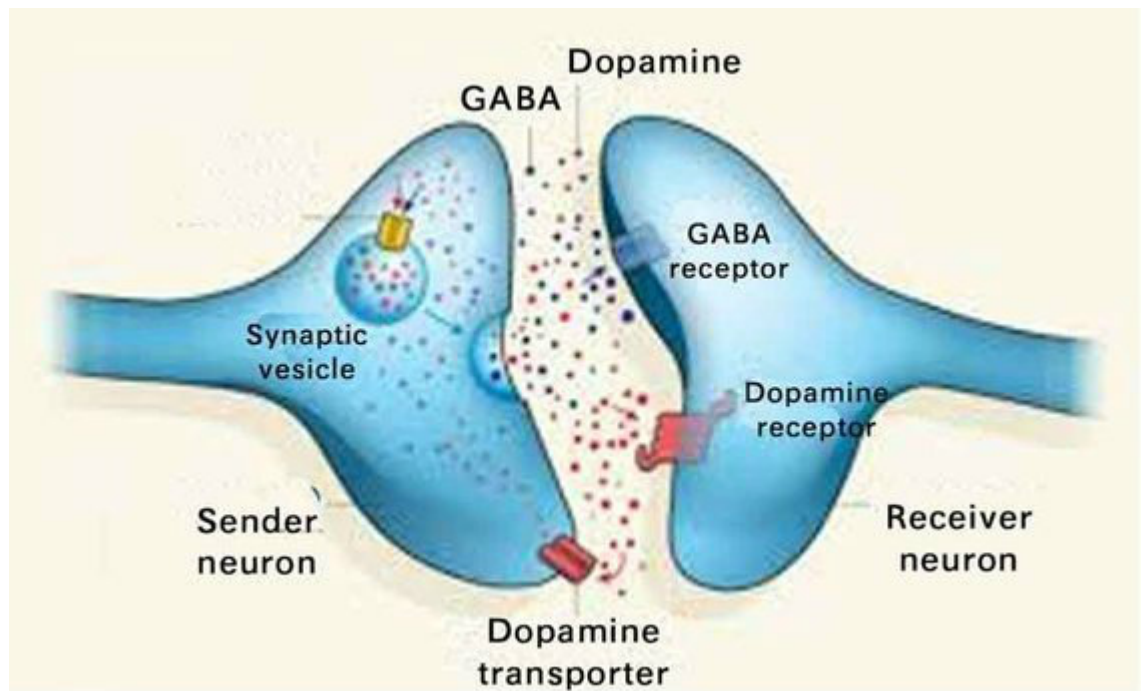
Key receptors: placebo
 μ opioid and D2 and D3
 dopamine

Key receptors: nocebo
 CCK-A, CCK-B
 (and decreased binding at
 μ opioid and D2 and D3)



بنابراین تعجیبی ندارد که حتی اگر داروی به کار گرفته شده بی اثر باشد، بیمار به خاطر ایجاد اثر پلاسیبو احساس بهتری خواهد داشت. چنین وضعیتی در به کار گیری داروهای مسکن در برخی افراد نیز به وجود می آید.

به همین صورت در سطح سلولی و مولکولی نیز تعدادی از پیام رسان های عصبی همچون دوپامین و GABA به مقدار بسیار زیاد آزاد می شوند. این ترکیبات باعث بروز یک سری پاسخ های عصبی در بدن شده، که احساس درد را از بین برده و حالت ذهنی فعال و مثبتی را به وجود می آورند.



پس از انجام این واکنش ها، بدن دستخوش تغییراتی کلی در متابولیسم می شود، مثلاً پاسخ های ایمنی تقویت شده و در نتیجه پیشرفت و بهبود، شکل واقعی به خود می گیرند. اما آنچه در این روند می بینیم، در بین افراد مختلف، کاملاً متفاوت است و بنابراین امکان شناخت آن به طور کلی وجود ندارد.

در مجموع، اگرچه اثر پلاسیبو به خوبی شناخته شده، اما هنوز نمی توان در مورد مکانیسم های عملکرد آن به خوبی اظهار نظر کرد، و در حال حاضر صرفاً می شود گفت روش هایی همچون مدیتیشن و تفکر مثبت نیز از طریق مکانیسمی مشابه، باعث بهبود کلی وضعیت بدن انسان می گردند.

[دیجیاتو](#)