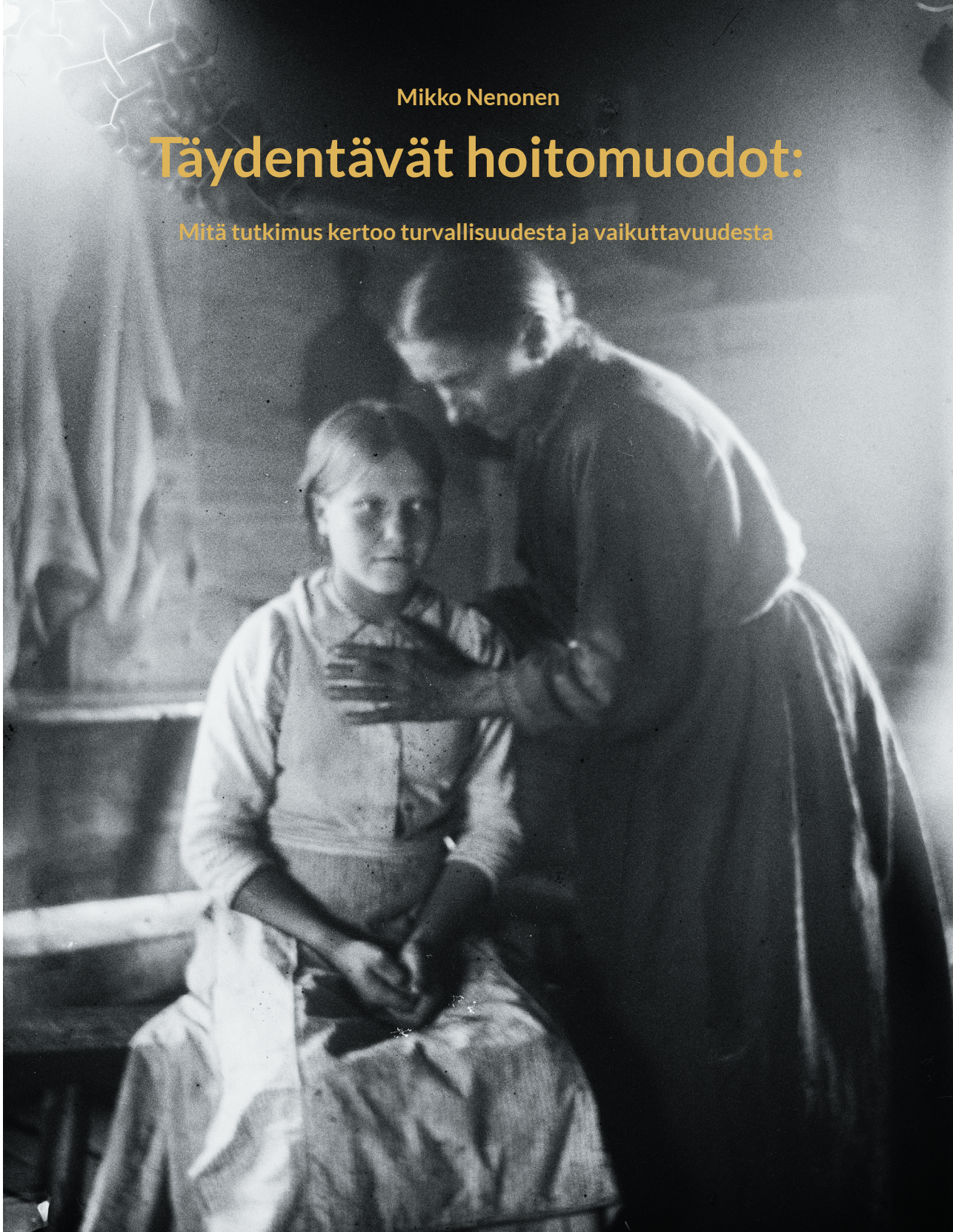


Mikko Nenonen

Täydentävät hoitomuodot:

Mitä tutkimus kertoo turvallisuudesta ja vaikuttavuudesta



Mikko Nenonen

TÄYDENTÄVÄT HOITOMUODOT:

Mitä tutkimus kertoo turvallisuudesta ja vaikuttavuudesta

Perinnehoidojen neuvottelukunnan julkaisu 2025/1

Mikko Nenonen

TÄYDENTÄVÄT HOITOMUODOT:

Mitä tutkimus kertoo turvallisuudesta ja vaikuttavuudesta

© 2025 Mikko Nenonen

Kannen suunnittelu: Mikko Nenonen

Sisuksen taitto: Mikko Nenonen

Kansikuva: Samuli Paulaharju: Revähdystä parannetaan painelemalla, Piippola, Lamu, 1917

Kustantaja: BoD · Books on Demand, Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki, bod@bod.fi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hampuri, Saksa

ISBN: 978-952-80-9615-3

Sisällys

Tiivistelmä-Sammanfattning-Summary-Summarium:	3
Yhteenveto	6
Raportin lähtökohdat	8
Täydentävien hoitojen tutkimus	10
Tekoälyn käytöstä laajojen tieteellisten artikkeliaineistojen arvioinnissa	12
Tarkasteluun valitut täydentävät hoitomuodot	15
Yhteenveto täydentävistä hoidoista alaselkävivussa (NEJM).....	17
Vaikuttavuus.....	17
Turvallisuus.....	19
Kalevalainen jäsenkorjaus (mobilisaatio)	22
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	22
Perinnehoitostrategia.....	23
NEJM & JAMA.....	25
Perinteinen jäsenkorjaus (TBS).....	30
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	30
SCOPUS AI: Mikä on näyttö perinteisestä luun asettamisesta?	32
Akupunktio	35
National Institutes of Health: National Center for Complimentary and Integrative Health.....	35
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	37
SCOPUS AI: Mikä on näyttö akupunktiosta?	38
NEJM & JAMA.....	39
Kasvilääkintä.....	47
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	47
SCOPUS AI: Mikä on näyttö kasvilääkinnästä?	48
SCOPUS AI: Mikä on näyttö aromaterapiasta?.....	49
Perinnehoitostrategia.....	52
NEJM & JAMA.....	54
Vyöhyketerapia	59

National Institutes of Health: National Center for Complimentary and Integrative Health.....	59
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	59
SCOPUS AI: Mikä on näyttö vyöhyketerapiasta?.....	61
NEJM & JAMA.....	62
Lymfaterapia.....	66
National Institutes of Health: National Center for Complimentary and Integrative Health.....	66
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	66
SCOPUS AI: Mikä on näyttö lymfaterapiasta?	68
Kuppaus ja suoneniskentä.....	71
National Institutes of Health: National Center for Complimentary and Integrative Health.....	72
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	73
SCOPUS AI: Mikä on näyttö kuppauksesta (ja suoneniskennästä)?	74
Perinnehoidostrategia.....	76
Hypnoterapia.....	78
National Institutes of Health: National Center for Complimentary and Integrative Health.....	78
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	79
SCOPUS AI: Mikä on näyttö hypnoterapiasta?	80
NEJM ja JAMA.....	84
Homeopatia.....	90
National Institutes of Health: National Center for Complimentary and Integrative Health.....	90
Tekoälyn tekemä yhteenveto (OpenAI GPT-4o).....	93
SCOPUS AI: Homeopatian tehokkuus ja turvallisuus.....	94
NEJM & JAMA.....	97
Tietoja kirjoittajasta	100

Tiivistelmä-Sammanfattning-Summary-Summarium:

Tieteellinen tutkimusnäyttö tässä käsiteltyjen Suomessa yleisimmin käytössä olevien täydentävien hoitojen turvallisuudesta on yksiselitteinen: hoidoissa ei ole sellaisia systemaattisia vaaratekijöitä tai komplikaatioriskejä, jotka edellyttäisivät hoitojen käytön rajoittamista tai kieltämistä. Komplikaatioriskit ovat vähäisempiä kuin monissa lääketieteellisissä hoidoissa.

Hoitoihin liitetyt ongelmat ovat yleensä olleet seurausta hoitajan koulutuksen puutteista, hoitokäytäntöjen laiminlyönnestä tai puuttuvasta kommunikaatiosta terveydenhuoltojärjestelmän ammattilaisten kanssa sekä hoitovastuun hajoamisesta monelle taholle.

Lisää tutkimustietoa tarvitaan hoitojen arkivaikuttavuudesta eli kyvystä tukea ihmisten pärjäämistä arjessa ja työelämässä. Epäsuoraa näyttöä arkivaikuttavuudesta antaa hoitojen runsas oma-aloitteinen käyttö asiakkaiden omalla kustannuksella. Myös tieto hoitojen kustannusvaikuttavuudesta on vähäistä. Nämä tietopuutteet eivät kuitenkaan rajoitu vain täydentäviin hoitoihin, vaan ongelma koskee suurta osaa lääketieteellisistäkin hoidoista.

Kansallinen arki- ja kustannusvaikuttavuuden arviointijärjestelmä on tarpeen tuottamaan pohjatietoa käypähoito työhön.

Den vetenskapliga forskningsbevisningen gällande säkerheten hos de vanligaste komplementära behandlingarna som används i Finland är entydig: det finns inga sådana systematiska riskfaktorer eller komplikationsrisker i behandlingarna som skulle kräva begränsning eller förbud av användningen. Komplikationsriskerna är lägre än i många medicinska behandlingar.

Problem som förknippas med behandlingarna har vanligtvis varit en följd av brister i terapeutens utbildning, försummelse av behandlingspraxis eller brist på kommunikation med hälso- och sjukvårdspersonal samt splittring av vårdansvaret mellan flera aktörer.

Mer forskningsdata behövs om behandlingarnas vardagseffektivitet, det vill säga förmågan att stödja människors förmåga att klara sig i vardagen och arbetslivet. Indirekt bevis på vardagseffektivitet ges av den omfattande spontana användningen av behandlingar på kunders egen bekostnad. Kunskap om behandlingarnas kostnadseffektivitet är också begränsad. Dessa kunskapsluckor är dock inte begränsade till enbart komplementära behandlingar, utan problemet gäller en stor del av de medicinska behandlingarna också.

Ett nationellt system för utvärdering av vardags- och kostnadseffektivitet behövs för att producera grundläggande information för arbetet med behandlingsriktlinjer.

The scientific research evidence on the safety of the most commonly used complementary therapies in Finland discussed here is unequivocal: there are no systematic risk factors or complication risks in these treatments that would require restricting or prohibiting their use. The risks of complications are lower than in many medical treatments.

Problems associated with these therapies have generally been the result of deficiencies in the therapist's training, neglect of treatment practices, or lack of communication with healthcare system professionals, as well as the fragmentation of treatment responsibility among multiple parties.

More research data is needed on the everyday effectiveness of these treatments, i.e., their ability to support people's coping in daily life and work. Indirect evidence of everyday effectiveness is provided by the extensive self-initiated use of treatments at the clients' own expense. Knowledge about the cost-effectiveness of treatments is also limited. However, these knowledge gaps are not limited to complementary therapies alone, but the problem affects a large portion of medical treatments as well.

A national system for evaluating everyday and cost-effectiveness is needed to produce baseline information for evidence-based treatment guidelines work.

Probatio scientifica de securitate in hoc tractatis curationibus complementariis in Finlandia frequentissime adhibitis clara est: in curationibus non sunt talia pericula systematica nec periculi complicationum qui usum curationum restringendum aut

Oletko kiinnostunut täydentävistä hoitomuodoista ja niiden todellisista vaikutuksista? Tämä kirja tarjoaa tiiviin ja selkeän katsauksen Suomessa yleisimmin käytettyihin hoitoihin, kuten kalevalaiseen jäsenkorjaukseen, akupunktioon, kasvilääkintään, vyöhyketerapiaan, lymfaterapiaan, kuppaukseen, hypnoterapiaan ja homeopatiaan.

Kirja perustuu laajaan tieteelliseen tutkimusaineistoon ja tekoälyn analyysihin, ja se pureutuu syvälle hoitojen turvallisuuteen ja vaikuttavuuteen. Kirjassa käsitellään muun muassa:

- Tutkimusnäyttöä eri hoitomuotojen tehosta ja turvallisuudesta
- Perinteisten hoitomuotojen erityispiirteitä suomalaisessa hoitokulttuurissa
- Asiakaskokemuksia ja ammattilaisten näkemyksiä
- Mahdollisia riskejä ja haittavaikutuksia
- Suosituksia tulevaisuuden tutkimukselle ja käytännölle

Kirja on suunnattu päättäjille, terveydenhuollon ammattilaisille ja kaikille, jotka ovat kiinnostuneita täydentävien hoitojen roolista terveydenhuollossa. Se tarjoaa pohjatietoa käypähoitosuositusten laatimiseen. Kirja rohkaisee avoimeen keskusteluun ja korkealaatuiseen tutkimukseen alueella, hyödyntäen nykyaikaisia tieteellisiä menetelmiä.