

HUOMIOITA RUOKAVALIOSUOSITUSTEN UUDISTUKSESTA

Dosentti Mikael Fogelholm esitti 17.12.08 HS:n mielipidesivulla mielenkiintoisen näkökulman tulevasta ruokavaliosuosituksesta. Hän mitätöi lääkäri Annika Dahlqvistin ja allekirjoittaneen pätevyyden ruokavalioasioissa, syystä että emme ole julkaisseet aiheesta tutkimustuloksia alan tieteellisissä julkaisuissa. Se on totta sillä aikamme kuluu reaali maailmassa potilastyössä. Esimerkkinä kunnan tiedeihmisestä Fogelholm mainitsee Jaakko Tuomilehdon, jolla on lähes 900 tieteellistä julkaisua. Fogelholm ihmettelee myös, ettei keskustelussa ole lainkaan mainittu Tuomilehdon diabeteksen ehkäisy tutkimusta. (Huom. Tuomilehdon tutkimuksessa todettiin iän-ikuinen viisaus: jos laihduttaa niin voi ehkäistä DM II:n puhkeamista. Siinä koko totuus joka on tiedetty aina.)

Fogelholmin artikkeli tiivisti koko diabeteskeskustelun tyhjyyden. Asialle voisi nauraa, ellei kyseessä olisi todellinen tragedia. Kaikesta tutkimuksesta huolimatta Suomi johtaa teollistuneiden maiden diabetestilastoja. Mitä käytännössä merkitsee tehdä ne 900 tutkimusta, joiden voimaan Fogelholm uskoo? 9 todellista asiaa sisältävää julkaisua vuodessa on paljon ja mainitun määrän tekemiseen kuluu helposti 100 vuotta! Jokainen, joka on joutunut tieteellisiä artikkeleita väsäämään, tietää kuinka vaikeaa niitä on saada julkaistuksi, eritoten silloin, jos ne eivät tue vallassa olevia käsityksiä. Useimmat vastakkaiset mielipiteet sensuroidaan.

Koiranleukana tunnettu legendaarinen gynekologian professori Paavo Vara luonnehti aikoinaan näitä dosentteja sanonnalla ”Julkaissut paljon mutta tutkinut vähän” Tutkimusten määrä ei ole tuonut ratkaisua kysymykseen, miksi meillä on niin paljon diabetesta. Todennäköisesti kukaan tutkijoista ei ole edes rohjennut esittää itselleen tuota kysymystä julkaisu-urakkaansa aloittaessaan. Noita tutkimuksia lukiessa huomaa, että ne toistavat samaa teemaa eli nykyinen ravintosuositus on hyvä ja me tutkijat olemme oikeassa. Tajuamatta tutkimuksen ja todellisuuden syvää ristiriitaisuutta, nykyisen linjan kannattajatkin myöntävät, että lihavuus ja diabetes kumma kyllä lisääntyvät.

Tuomikosken diabeteksen ehkäisyä koskevan tutkimuksen viesti oli selvä: laihtuminen vähentää riskiä sairastua diabetekseen. Tämä on asia jonka maallikotkin ymmärtävät ja on ollut tiedossa iän kaiken. Mutta Fogelholmilta jää antamatta vastaus kysymykseen, miksi meillä sitten on niin paljon diabetesta. Genejä ei voi syyttää, sillä somalitkin ovat alkaneet sairastua.

Edustan Dahlqvistin ja monen muun kliinistä työtä tekevän lääkärin kanssa näkökulmaa, että nykyinen ruokavaliosuositus on diabeteksen todellinen syy. Olemme tehneet jotain perusteellisen väärin ja nyt olisi aika muuttaa se jokin. Tämä on seikka jota terveydenhoidon eliitti ei halua myöntää. Fogelholmin penäämiä tutkimustuloksia, jotka todistavat asian puolesta, on tullut ja tulossa roppakaupalla.

Olemme Dahlqvistin kanssa kliinistä työtä tekeviä lääkäreitä. Meillä ei ole käytännön mahdollisuuksia, ei aikaa, eikä juuri halujakaan kirjoitella juttuja, jotka tyydyttäisivät tiedepiirejä. Annika on tehnyt Ruotsissa sen minkä minä Suomessa. Olemme neuvoneet potilaita tekemään itse omaa elämäänsä koskevia päätöksiä ja kirjoittaneet

aiheesta selkeästi, jotta jokainen voi ymmärtää viestin. Annikalta oltiin viemässä lääkäriinoikeudet hänen julkaistuaan ohjeet diabeetikolle internetissä, eikä minuakaan silitetä myötäkarvaan tässä maassa. Mutta auttaa jaksamaan, kun on saanut lukijoilta sadoittain sähköpostipalautteita, joiden viesti on ollut sama: muutin ruokavaliota, pääsin lääkkeistä, enkä ole koskaan voinut näin hyvin.

Ilmaiset ratkaisut eivät miellytä kaikkia. Lääketiede on pahasti tahraantunut nykyisen kvartaalitalouden aikana. Trendinä on ollut kapitalisoida koko lääketiede ajatuksena, että vain lääkeshoidot ovat todellista tiedettä. Fogelholm vetoaa käypiin hoitoihin viitaten asian ympärille rakennettuun internetsivustoon www.kaupahoito.fi. Sivusto on vahvasti lääketehaiden tukema ja manipuloi vaarallisella tavalla hoitokäytäntöjä. Sivusto on hyvä esimerkki, kuinka mieliä manipuloidaan näennäistieteellä kaupallisten etujen takia.

Fogelholm lupaa 2012 uutta ruokavaliosuositusta, joka tietävästi tulee olemaan nykyisen kaltainen. Fogelholmilta on jäänyt havaitsematta, että maailma rytisee ennennäkemättömällä tavalla. Nykyinen, vain lääkkeisiin perustuva hoito tulee tulevaisuudessa olemaan taloudellisesti täysin mahdoton. Muinaisten mayojen kalenteri loppuu vuonna 2012. Seuraako sitten maailmanloppu, en tiedä, mutta toivottavasti nykyinen meno romahtaa ja järki voittaa.

Antti Heikkilä
Lääkäri, Porvoo