

安慰劑的神奇效果

撰文◎教研部醫師 王炯琨



在20幾年前，當我還是醫學生的時候，有一次去泌尿科性功能障礙的特別門診見習，在那個時代，壯陽藥像是威而鋼（Viagra®）、犀利士（Cialis®）根本還沒問世，當時認為可以有效治療性功能障礙的藥物，後來都被證實是無效的，所以從現在的角度來看，代表當時的醫師都是開立「安慰劑」來治療病人。但重點是，病人吃了這些藥卻都認為非常有效，重振了他們的雄風，這到底是怎麼一回事呢？

這個現象叫作「安慰劑效應」，意思是指當病人參與了診斷和治療的過程，從掛號、問診、抽血、驗尿、超音波檢查等，到最後衛教、回診等等一連串的就診經驗，即使拿到的是不具療效的安慰劑，但是他們的症狀也獲得某種程度上的緩解和改善。

到底安慰劑有沒有科學上療效的證據呢？答案當然是肯定的。實驗顯示，病人在服用安慰劑後，大腦內的腦內啡（endorphin）、大麻素（Cannabinoids）和多巴胺（dopamine）都會上升，這些神經傳導物質會讓病人覺得症狀改善了。

有些讀者會質疑說：「如果安慰劑真的有效，那乾脆醫師都開安慰劑就好了啊！」這點又錯了，醫學的核心目標是「療癒病人」，而療癒又分為四個面向：（一）治癒後永不復發、（二）控制疾病進展、（三）症狀減緩、（四）提供舒適。安慰劑可能對於後三者有幫助，但是對於第一項的治癒是

不可能達到的，就像癌末的病人，絕對不可能因為服用安慰劑而治癒或腫瘤消失，但是有可能因為服用安慰劑後，而自覺減輕了癌症帶來的痛苦。

另一方面，也有「反安慰劑效應」（Nocebo effect）。例如醫師在治療前告訴病人說：「吃了這個藥之後，會有10%的病人出現性功能障礙。」實驗結果，卻有20%的病人反映有性功能障礙；但如果醫師在治療前沒有這樣說，則只有5%的病人回報有此副作用。由此看來，「反安慰劑效應」的確會讓病人出現不同的「自我覺察」的結果。

在這真真假假的世界，安慰劑和反安慰劑不僅在醫學上會發生，媒體和網路的宣傳，也常常會影響我們喜怒哀樂的情緒。如何在「清醒的痛苦」與「隨波逐流的快樂」之間做出選擇，就端看各位讀者的智慧了！➕

參考文獻：

1. Kaptchuk, Ted J., and Franklin G. Miller. "Placebo effects in medicine." *New England Journal of Medicine* 373.1 (2015): 8-9.
2. Finniss DG, Kaptchuk TJ, Miller F, Benedetti F. Biological, clinical, and ethical advances of placebo effects. *Lancet* 2010;375:686-695
3. Hall KT, Loscalzo J, Kaptchuk TJ. Genetics and the placebo effect: the placebome. *Trends Mol Med* 2015;21:285-294
4. Wechsler ME, Kelley JM, Boyd IOE, et al. Active albuterol or placebo, sham acupuncture, or no intervention in asthma. *N Engl J Med* 2011;365:119-126