



Seltjarnarnesi, 11. júní 2010

Greinargerð vegna svokallaðrar „detox-læknismeðferðar“ eða „detox-heilsumeðferðar“ á vegum Jónínu Benediktsdóttur íþróttافرæðings

I

Á undanförunum mánuðum og misserum hefur Landlæknisembættinu borist fjöldi erinda vegna svokallaðrar detox-meðferðar í umsjón Jónínu Benediktsdóttur íþróttافرæðings, en hún kallar meðferðina „detox-læknismeðferð“ eða „detox-heilsumeðferð“. Á vefnum *Detox Jónínu Ben.* segir að þessi meðferð hafi verið þróuð og notuð lengi af pólsku læknunum dr. Dabrowsku og dr. Lemanczyk og hafi borið einstaklega góðan árangur. Í meðferðinni sé skapaðar þær aðstæður í líkamanum að hann lækni sig sjálfur og vinni bug á óheilbrigði, sé það fyrir hendi. Þá segir að pólsku lækarnir hafi áratuga reynslu á þessu sviði og nú þegar hafi rúmlega 5000 Íslendingar farið í gegnum meðferðina og hafi árangurinn verið ótrúlegur. Meðferðinni er lýst þannig að hún taki a.m.k. tvær vikur og fari fram undir eftirliti lækna, hjúkrunarfólks og meðferðarráðgjafa. Dagskráin sé einföld og byggist á ákveðnu mataræði, þar sem aðaluppistaðan er grænmeti og ávextir (um 500 hitaeyningar á dag), heilbrigðri hreyfingu (gönguferðum og léttri leikfimi) svo og/eða bólgueyðandi nuddi, gufuböðum, hvíld og slökun. Þá segir að boðið sé upp á og mælt með ristilskolun, en það sé val hvers og eins hverju sinni. Þá sé boðið upp á einkaviðtöl þar sem farið er yfir heilsufar hvers og eins og meðferðin og markmiðin miðuð út frá því.

II.

Landlæknisembættinu hefur borist mikill fjöldi erinda vegna þessarar starfsemi, þar á meðal á annan tug tölvupósta, frá sjúklingum, læknum, vísindamönnum og fólki utan þessara hópa. Þessir aðilar munu fá afrit af greinargerð þessari. Einnig hefur borist fjöldi símtala um sama efni.

Langítarlegasta og mest rökstudda kvörtunin barst þann 15. desember 2009 frá Svani Sigurbjörnssyni lækni, Írisi Erlingsdóttur, fjölmiðlafræðingi, MA í nálarstungu- og jurtafræðum, Bjarna Árnasyni lækni og Júlíu Lindu Ómarsdóttur, hjúkrunarfræðingi og ljósmóður. Kvörtunarbréfið í heild má finna hér, sjá [fylgiskjal 1](#). Þar segir m a:

„Viðhengt er formlegt bréf til embættis þíns en efni þess er formleg kvörtun undirritaðra vegna starfsemi Jónínu Benediktsdóttur sem hún kallar "detox-læknismeðferð" eða "Læknismeðferð" og hún auglýsir og kynnir með opinberum hætti á vefsíðu sinni, www.detox.is. Þessi starfsemi þykir okkur brjóta í bága við ýmis lög er varða lækna, lækningar og faglega þjónustu almennt. Væntum við þess að starfsemi þessi verði skoðuð vandlega í þessu ljósi og vonandi kærð af embættinu sé faglegt mat þess á starfseminni á sömu lund. Í viðhengda skjalinu eru auk bréfsins tveir viðaukar tengdir málinu sem eru til frekari rökstuðnings og útskýringar á kvörtuninni.



Svar Jónínu við kvörtun Svans og félagá hljóðaði svo, sjá [fylgiskjal 2](#).

Einnig hafa borist bréf með tölvupósti þar sem lýst hefur verið yfir ánægju með meðferðina, en þau hafa einkum komið í gegnum Jónínu Benediktsdóttur sjálfa, en ekki beint til embættisins. Einnig hafa tölvuskeyti borist frá samstarfsfólki Jónínu.

Ofangreindum tölvupósti hefur yfirleitt ekki verið svarað í löngu máli, heldur látið nægja að vísa til þeirrar greinargerðar sem hér er birt.

III.

Þann 31. október 2008 óskaði Jónína Benediktsdóttir eftir því að hitta undirritaðan og ræða áhuga sinn og margra annarra á því að „skipta um kúrs“ og auka fjölbreytileikann á einhverri af heilsustofnunum ríkisins og breyta henni í detox-læknismeðferðarstöð. Í svarbréfi til Jónínu daginn eftir segir undirritaður svo:

„Krafan sem nú er gerð til allrar nýrrar meðferðar í heilbrigðiskerfinu er að hún sé staðfest með gagnreyndri læknisfræði (*evidence-based medicine*), það er að rannsóknir hafi verið gerðar á vísindalegan hátt og um meðferðina hafi verið birtar vísindagreinar í virtum ritrýndum vísindaritum. Þannig hefur Landlæknisembættið birt einar 30 klínískar leiðbeiningar um ýmis svið meðferðar (t.d. astma, sykursýki o.s.frv.) eftir mikla vinnu helstu sérfræðinga við athugun á þeim vísindaniðurstöðum sem fyrir liggja. Tilfinning okkar nægir ekki, enda hefur t.d. komið til okkar fólk sem telur sig geta læknað allt frá áfengissýki og einhverfu með sérstökum aðferðum. Fyrsta skrefið væri því að þú tækir saman vísindagreinar af þessu tagi og sendir okkur. Allar heilbrigðisstofnanir hafa lækna og hjúkrunarfræðinga í forsvari samkvæmt lögum og því þyrfti einhver slíkur að vera með þér í ráðum ef um heilbrigðisþjónustu væri að ræða. Hins vegar er auðvitað til margs konar hjálpa fyrir sjúklinga, sem þeir geta hugsanlega haft talsvert gagn af, og vil ég alls ekki gera lítið úr slíkri hjálpa en á meðan við getum ekki greitt úr sameiginlegum sjóðum suma þá meðferð sem veitt er af löggiltum heilbrigðisstarfsmönnum og byggist á miklum vísindarannsóknum (t.d. tannlækningar og sálfræðiþjónustu) er ég ekki bjartsýnn á þátttöku ríkisins í þjónustu sem ekki hefur þann bakgrunn.“

IV.

Í apríl 2009 tóku óumbeðið að berast erindi í tölvupósti til Landlæknisembættisins með fréttatilkynningum um Detox Jónínu Benediktsdóttur. Þann 9. desember 2009 barst ein slík tilkynning í tölvupósti og var hún á ensku. Sagt var að fjöldi sjúkdóma væri meðhöndlaðir með „Medical Detox Program“ nánar tilteknir afmarkaðir sjúkdómar. Undirrituðum þótti rétt að hafa samband við Jónínu vegna þessa og sendi henni svohljóðandi svar í tölvupósti:

„Þetta er undarleg auglýsing. Með engar vísindarannsóknir til stuðnings er ekki hægt að túlka þetta á annan hátt en sem skrumauglýsingu og til þess fallna að blekkja fólk. Með kveðju, Matthías Halldórsson.“

Ekki kom málefnalegt svar við þessu frá Jónínu og engar vísindarannsóknir eða aðrar staðfestingar á gagnsemi meðferðar, nema álit einhverra einstaklinga, eins og hægt er að fá í hvaða heilsumeðferð sem er. Hins vegar sendi Jónína meðfylgjandi tölvupóst til embættisins, sjá [fylgiskjal 3](#).

Jónína boðaði að lögfræðingur myndi svara ákærum Svans Sigurbjörnssonar og var þess beðið. Það hefur ekki borist. Hins vegar barst hófstíllt og málefnalegt, en óundirritað bréf í



tölvupósti frá Stefáni Bjarnasyni, Detox ehf, þann 4. janúar sl., sjá [fylgiskjal 4](#). Það bréf svaraði þó einungis að litlu leyti þeim ásökunum sem fram voru bornar.

Ítrekað hefur Jónína bent á að fulltrúar Landlæknisembættisins hafi ekki komið og skoðað meðferðarstöðina eða fræðst sérstaklega um detox-þrógrammið eða reynt það sjálfir. Því er til að svara að meðferð sem þessi fellur ekki undir heilbrigðisþjónustu og þar með ekki undir eftirlit Landlæknisembættisins. Hins vegar hefur verið auðvelt að kynna sér þá starfsemi sem fram fer á detox-meðferðarstöðinni án þess að koma á staðinn eða reyna meðferðina á sjálfum sér. Þannig hafa t.d. verið ítarlegir kynningar- eða auglýsingaþættir á Útvarpi Sögu, sem allir geta hlýtt á, auk þess sem enginn skortur er á auglýsingaefni um starfsemina, eins og fram kemur hér að ofan. Engin ástæða er til að eftirlitsstofnanir reyni alla meðferð á eigin skrokki, enda hefur slíkt enga þýðingu við mat á heilbrigðisstarfsemi. Þar eru aðrar aðferðir notaðar.

V.

Í 4. gr. laga um landlækni nr. 41/2007 er að finna ákvæði um hlutverk landlæknis. Þar segir meðal annars að landlæknir eigi að hafa eftirlit með heilbrigðisþjónustu og heilbrigðisarfsmönnum. Í 6. gr. segir að þeir sem hyggjast hefja heilbrigðisþjónustu skulu tilkynna fyrirhugaðan rekstur til landlæknis. Landlæknir staðfestir hvort fyrirhugaður rekstur heilbrigðisþjónustu uppfylli faglegar kröfur og önnur skilyrði í heilbrigðislöggjöf. Það sama gildir þegar ráðherra endurnýjar samninga við heilbrigðisstofnanir. Óheimilt er að hefja starfsemi á sviði heilbrigðisþjónustu nema staðfesting landlæknis liggja fyrir.

Enginn læknir starfar á vegum „Detox Jónínu Ben“, en af auglýsingum fyrirtækisins hefur mátt ætla að svo sé. Dr. Agneska Lemienzky læknir er þannig nefnd efst á blaði um starfsmenn og samstarfsaðila og er meðferðin sögð þróuð af henni og öðrum pólskum lækni. Ekki er að finna neinar vísindagreinar frá hendi dr. Lemienzky um detox-meðferð í viðurkenndum vísindaritum, né heldur greinar um önnur efni. Óvíst er hvernig hún hefur þróað detox-meðferðina eða metið hugsanlegan árangur hennar. Hún hefur ekki leyfi til að starfa hér á landi sem læknir og tekur forsvarsmaður meðferðarinnar fram að það hafi hún ekki gert, heldur einungis haldið hér fyrirlestra, sem öllum er að sjálfsögðu heimilt. Hins vegar telja ýmsir af auglýsingum fyrirtækisins að læknarnir starfi hér á landi, en auglýsingarnar villa um fyrir fólki.

Af ofangreindu má augljóst vera að detox flokkast ekki undir heilbrigðisþjónustu. Forsvarsmaður meðferðarinnar hefur aukinheldur aldrei sótt um leyfi til reksturs heilbrigðisþjónustu þótt auglýsingar gefi til kynna að um heilbrigðisþjónustu sé að ræða. Af þessu leiðir einnig að starfsemin er ekki beinlínis undir eftirliti Landlæknisembættisins og hefur fólki í sumum tilvikum verið bent á að leita til Neytendasamtakanna. Hins vegar er það eitt af hlutverkum landlæknis samkvæmt lögum um landlækni að veita almenningi ráðgjöf um heilbrigðismál og að fylgjast með heilbrigði landsmanna. Landlæknisembættinu er því skylt að sinna erindinu.

Að sjálfsögðu hefur margs konar starfsemi í þjóðfélaginu áhrif á heilbrigði landsmanna, þótt hún flokkist ekki undir heilbrigðisþjónustu. Má þar nefna íþróttastarfsemi, líkamsræktarstöðvar og heilsuvörubúðir. Þessi starfsemi er ekki undir neinu sérstöku eftirliti Landlæknisembættisins og enginn gerir kröfu til þess, en embættinu er skylt samkvæmt lögum að upplýsa almenning um mál sem varða heilbrigði landsmanna. Gildi hreyfingar og holls mataræðis er öllum kunnugt. Þá má nefna að ýmsar rannsóknir sýna að félagskapur fólks getur verið eflandi fyrir heilbrigði, þótt ekki sé það endilega höfuðmarkmiðið, t.d. þátttaka í stjórn málasamtökum og trúfélögum. Oft er talað um „félagsauð“ (e. *social capital*) í þessu sambandi og ekki nema gott um það að segja. Þessi félagslegi þáttur í detox-



meðferðinni kann því að vera til góðs. Sama á við um ráðleggingar um hollt mataræði, sem byggðar eru á eðlilegum manneldissjónarmiðum. Enginn vísindagrunnur er hins vegar fyrir því að fasta með 500 kaloríum á dag sé til bóta fyrir heilsufar, heldur þvert á móti. Þegar lítils matar er neytt er ekkert eðlilegra en að blóðsykur og kólesteról falli. Það eru svo augljós og algild sannindi að óþarfi er að rannsaka það sérstaklega.

VI.

Meingagnrýni á hina svokölluðu detox-meðferð varðar ristilhreinsanir. Enginn fótur er fyrir gagnsemi þeirrar meðferðar. Líkaminn sér að jafnaði sjálfur um að hreinsa út eiturefni. Sé haldið fram að slíkt sé hægt með því að skola neðsta hluta ristilsins þarf að sýna fram á vísindarannsóknir sem styðja slíkt, en þær hafa ekki komið fram. Það eitt að meðferð sé gömul og hafi verið stunduð lengi segir ekkert. Þannig má nefna að blóðtaka var um aldaðir notuð til að lækna ýmsa sjúkdóma, að því er talið var, eða þar til rannsóknir sýndu fram á að sjúklingar sem tekið var blóð létust frekar en hinir sem látnir voru afskiptalausir. Ristilskolon er inngríp í líkama fólks og ætti eingöngu að vera á höndum heilbrigðisstarfsfólks og eingöngu þegar réttmæt ábending er fyrir slíku. Möguleiki er t.d. á því að sýking og gat komi á ristil við slíka meðferð, þótt ekki skuli gert mikið úr þeirri aukaverkun. Aðalatriðið er að hún skapar vissa áhættu, en af henni er engin staðfest gagnsemi.

Þann 18. maí 2009 birtist á vef Landlæknisembættisins eftirfarandi texti undir fyrirsögninni „Rannsóknir aðeins á læknisfræðilegum forsendum“:

„Landlæknisembættinu hafa borist ábendingar frá læknum þess efnis að á vefsetrinu www.detox.is sé farið fram á að þátttakendur í námskeiðum á þeirra vegum fari í blóðprufu áður en námskeið hefjast. Af því tilefni vill Landlæknisembættið minna lækna á að ekki skal vísa fólki í rannsóknir nema læknisfræðilegar ábendingar liggja fyrir. Það hefur aldrei verið mikilvægara en nú að standa vörð um fjárútlát í heilbrigðismálum og forgangsraða rétt. Því ber að neita staðfastlega beiðnum um blóðrannsóknir sem ekki eru gerðar á læknisfræðilegum forsendum.“

VII.

Allt bendir til þess að auglýsingin „Detox-læknismeðferð“ brjóti í bága við lög, en í 1. grein læknalaga, nr. 23/1988, er öðrum en læknum bannað að taka fólk til lækninga og í 22. grein laganna segir að hvers konar skottulækningar séu bannaðar hér á landi. Samkvæmt lagagreininni eru það skottulækningar þegar sá sem ekki hefur leyfi samkvæmt lögumum býðst til þess að taka sjúklinga til lækninga. Með tilliti til meðalhófsreglu stjórnisýslulaga þykir rétt að ganga ekki lengra að sinni en að benda á þessi atriði og gefa forsvarsmanni starfsseminnar tækifæri á að bæta úr þeim atriðum, sem gagnrýnd hafa verið í þessari greinargerð.

Orðalagið „recognized medical method in Iceland“ á ensku er bein rangfærsla, auk þess sem enginn læknir með íslenskt lækningaleyfi starfar að þessum málum hér á landi. Rangt er því að meðferðin fari fram undir eftirliti lækna hérlendis.

Upptalning á sjúkdómum sem detox-meðferð á að hafa áhrif á byggir ekki á neinum viðurkenndum rannsóknum og er til þess fallin að gefa sjúklingum, oft með erfiða sjúkdóma, falskar vonir. Oft og tíðum er erfitt að átta sig á hvort auglýsingar eiga við meðferðina hér á landi eða í Póllandi og er gerð krafa um að það sé ótvírætt.



Kröfur til lækna um að gera ákveðnar blóðrannsóknir hjá fólki í tengslum við þessa meðferð eru óviðeigandi, eins og áður segir.

Tekið skal fram að þrátt fyrir þau atriði sem hér hefur verið bent á og fundið að má jafnframt finna jákvæð atriði sem skipta máli fyrir heilsufar fólks, svo sem áherslu á hreyfingu og samveru fólks og skal ekki gert lítið úr því. Einnig skal þess getið að sumar rangfærslur á heimasíðu fyrirtækisins hafa nú verið fjarlægðar.

Matthías Halldórsson

aðstoðarlandlæknir