

治療你 還是安慰你？

自我感覺良好是否等於自欺欺人？能隨時保持懷疑態度，搭配科學方法，才能夠從我們一直深信不疑的假象中掙脫。

撰文／劉育志



「咳！咳！咳咳咳！咳！」一連串咳嗽讓莉芸滿臉通紅。

「你感冒了？」我問。

莉芸用手摀住嘴巴，點了點頭。

「妳可以喝檸檬汁加鹽巴。」威豪建議。

「也可以吃蒸洋蔥。」雯琪跟著發言。

「我媽還會把窗戶關起來，然後將醋倒進鍋子裡加熱，讓家裡充滿醋的蒸氣。」威豪又提供了一帖偏方。

文謙一聽便皺起眉頭，「醋的蒸氣能夠治感冒？」

「應該可以吧。」威豪聳了聳肩。

「我才不要咧，整個屋子都是酸味，應該很難聞吧。」莉芸捏住鼻子。

「你有試過嗎？」我好奇的問威豪。

繪圖：鄭永富

「嗯，曾經試過幾次。」

「覺得效果如何？」

「欸……」威豪想了想，道：「好像有點效果吧。」

流傳千年的偏方真有效？

「小志醫師，醋的蒸氣真的能夠治療感冒嗎？」顯然不相信此說法的文謙抬起頭問。

「引起感冒的病毒有很多種，目前大多沒有特效藥。」我說，「一般而言，感冒是『自限性疾病』，只要沒有出現其他併發症，幾天後便能自然痊癒。醋的蒸氣恐怕沒有幫助。」

「如果沒有幫助，為什麼我媽會覺得很有效，還常推薦給別人？」威豪問。

「類似狀況相當普遍，許多沒有實際療效的東西，經常在坊間口耳相傳，願意分享親身經驗的人也很多。」我問：「你們有聽過『安慰劑效應』嗎？」

見他們面面相覷，我便繼續說：「這是個非常有趣的現象。當人們相信自己受到治療時，即使沒有任何療效的藥物也能發揮『療效』。」

「沒有任何療效的藥物也能發揮療效？」雯琪重述了這段有點繞口的敘述。

「是的。只要患者相信自己服用的藥物有效，便能產生一些效果。」我說：「剛剛你們提到的蒸洋蔥、醋蒸氣等偏方，大概都沒有實際療效，不過因為患者相信受到了治療，所以感覺病情改善。當感冒自然痊癒後，患者直覺認為是被這些偏方治好了，

日後也會信心滿滿的跟大家推薦。各式各樣的偏方於是在街頭巷尾流傳，以訛傳訛。」

聽到這裡，威豪有點困惑的問：「小志醫師。可是，我媽說那些祕方都是古代幾千年流傳下來，難道真的沒有用嗎？」

「你們喝過香灰或符水嗎？」我笑著問。

「我小時候喝過。」雯琪舉起手。

「我好像也有。」文謙想了一想。

「從古至今，無論生病、發燒、小孩哭鬧不休，都有許多人服用香灰或符水。你們覺得香灰有療效嗎？」

同學們紛紛搖了搖頭。

「香灰當然沒有療效，不過因為安慰劑效應，讓他們感覺受到治療，所以就留傳了數千年。」

「再舉個例子。幾千年來，世界各地的人們都相信『放血』可以治病。」

「放血？」雯琪瞪大眼睛：「把血放掉？」

「對，他們會用刀子切開血管，讓血液流掉。」

「好可怕！」

「發燒、頭痛、胸痛、腳痛、肚子痛，不管什麼病，全都用放血來治療。」我說：「他們結合占星術發展出一整套理論，講得頭頭是道，好像很玄、很厲害。當時的治療手冊告訴人們，在不同的部位放血就能治療不同的疾病。除了用刀片放血，還會捉水蛭幫病人吸血。」

「好噁心欸……」

「水蛭被當成『醫療器材』可是有超過千年的歷史。醫師會在患者身上的特定部位放