



ALI RES OBSTAJA ALTERNATIVNO ZDRAVLJENJE PLJUČNEGA RAKA?

doc. dr. Mirjana Rajer, dr. med.

Onkološki inštitut Ljubljana

UVOD

Pljučni rak je bolezen s slabo prognozo, zato ne preseneča dejstvo, da veliko bolnikov išče pomoč pri ponudnikih alternativnega zdravljenja. Zdravniki se z vprašanji bolnikov glede alternativnega zdravljenja srečujemo skoraj vsakodnevno. Glede na veliko število alternativnih metod zdravljenja (na področju raka je zabeleženih vsaj 300), je nemogoče, da bi jih vse podrobno poznali. Tako smo v dilemi, kako bolnikom svetovati, saj so ti namreč velikokrat trdno prepričani, da jim bo alternativno zdravljenje koristilo ali jih celo pozdravilo.¹

KAJ JE ALTERNATIVNO IN KAJ KOMPLEMENTARNO ZDRAVLJENJE?

Pojem alternativno zdravljenje pogosto enačimo s komplementarnim zdravljenjem, vendar je med njima razlika, na katero moramo pri svetovanju bolnike opozoriti.

Alternativne metode zdravljenja so metode, ki jih t. i. zdravilci svetujejo namesto standardnega zdravljenja. To je npr. neka določena dieta, ki jo svetujejo kot zdravljenje raka namesto kemoterapije. Zdravljenje z alternativnimi metodami je neučinkovito oz. njegova učinkovitost ni dokazana z znanstvenim preizkušanjem. Je tudi potencialno nevarno. Do pojava neželenih učinkov lahko pride pri uživanju posameznega preparata, toksična pa je lahko tudi kombinacija različnih alternativnih zdravil. Problematično je tudi odlaganje standardnega zdravljenja na račun alternativnega, saj lahko vodi do progressa malignega obolenja ter celo smrti. Nasvet zdravnika v primeru vprašanja bolnika o alternativnem zdravljenju namesto standardnega mora biti: »Učinkovitih zamenjav za standardno zdravljenje raka ni. Metode, ki jim pravimo alternativne, raka ne zdravijo.«²

Komplementarne metode zdravljenja so metode, ki jih bolniki lahko uporabljajo sočasno s standardnim zdravljenjem. Njihov primarni namen je lajšanje simptomov in neželenih učinkov standardnega zdravljenja in ne ubijanje rakavih celic. Za bolnika so prijetne, običajno so nefarmakološke in poceni. Zdravniki bolnikom lahko svetujejo uporabo komplementarnih metod. Pazljivi morajo biti edino glede interakcij (npr. akupunktura in antikoagulantno zdravljenje).²

NAJPOGOSTEJŠE KOMPLEMENTARNE IN NAJPOGOSTEJŠE ALTERNATIVNE METODE ZDRAVLJENJA

Najpogostejše komplementarne metode zdravljenja²

Fizična aktivnost pripomore k pridobivanju moči, vzdržljivosti, sproščanju, lahko pomaga pri zmanjševanju bolečin, utrujenosti, anksioznosti in depresije.

Akupunktura sprošča serotonin in endorfine v možganih, kar zmanjšuje bolečine. Lahko pomaga tudi pri zmanjševanju slabosti in bruhanja ob kemoterapiji, vročinskih navalih, glavobolih, utrujenosti, problemih s spanjem, izgubo apetita, anksioznosti ter nezamisljivo tudi pri odvijanju od kajenja.

Joga lahko pomaga pri lažšanju kroničnih bolečin, glavobolov in nespečnosti.

Masaža lahko lajša bolečine, zmanjšuje napetost v mišicah in stres, pomaga tudi pri težavah po operacijah, anksioznosti, depresiji, problemih s spanjem in utrujenosti.

Meditacija pomaga pri sproščanju, zmanjševanju kronične bolečine ter izboljšanju počutja.

Prehranska terapija pomaga pri spremembah v teži bolnika ter obvladovanju slabosti in bruhanja.

Nekatere oblike alternativnega zdravljenja, ki jih srečujemo pri vsakdanjem delu

Ajurvedska medicina je 5000 let stara indijska tradicionalna medicina. Znanstvenih dokazov, da bi bila pri zdravljenju raka učinkovita, ni.³

Holistična medicina je t. i. celostni pristop, ki vključuje telesne in duhovne vidike človeka. Znanstvenih dokazov, da bi bila holistična medicina brez standardnega zdravljenja pri zdravljenju raka učinkovita, ni.³

Homeopatija je psevdoznanstvena veda, ki temelji na uporabi zelo razredčenih snovi v zdravljenju. Nekateri homeopati trdijo, da lahko homeopatija zdravi raka, vendar znanstvenih dokazov za to ni.⁴

Diete: obstaja več različnih prehranskih režimov, katerih avtorji trdijo, da lahko bolniki z upoštevanjem dietnih pravil sami pozdravijo raka. Taki so npr. dieta Budwig, ki jo je leta 1950 izumila Johanna Budwig (temelji na olju lanenih semen in skutu), Breussova dieta, ki jo je izumil Rudolf Breuss (temelji na zelenjavnih sokovih in čaju), ali alkalna dieta, katere avtor Edgar Cayce trdi, da naj bi na raka vplivala z zniževanjem pH vrednosti v telesu. Za vse te prehranske režime velja, da o njihovi učinkovitosti pri zdravljenju raka ni znanstvenih dokazov. Nekatere od njih (npr. stradanje z namenom stradati tumor) pa so lahko celo škodljive.^{3,4}



Bioresonanca je diagnostična in terapevtska metoda, pri kateri naj bi z električno napravo vplivali na rakave celice s pomočjo njihovega elektromagnetnega valovanja. Znanstvenih dokazov za učinkovitost metode ni.⁵

Gersonova terapija je prehranski režim, ki temelji na omejevanju soli in beljakovin ob uživanju velike količine sadno-zelenjavnih sokov in kofeinskem klistiranju. Cilj je v telo vnesti čim več kalija in joda. Terapija je pri zdravljenju raka neučinkovita, za bolnika pa lahko celo zelo škodljiva.³

Analiza žive kaplje krvi je metoda analize krvi pod mikroskopom, pri kateri naj bi bil preiskovalec zmožen zaznati rakave celice ter celo napovedati pojavnost raka in drugih bolezni. Na osnovi analize nato bolniku predpišejo določene prehranske dodatke. Metoda naj bi bila popolnoma neučinkovita.^{3,4}

Amigdalín (vitamin B17) je poleg tega, da je neučinkovit, tudi toksičen. Velja za eno največjih prevar v promociji alternativnih metod zdravljenja.⁶

Kanabis: Antineoplastične učinke kanabisa so intenzivno proučevali v laboratorijskih preskusih. Klinične raziskave niso potrdile domnev, da naj bi ti preparati delovali proti rakavim celicam. Organizacija Cancer Research UK je promocijo preparatov kanabisa kot zdravila za raka označila kot zelo zavajajočo.³

Kapsule hrustanca morskega psa so izdelane iz skeleta morskega psa. Zmotno velja prepričanje, da morski psi ne zbolijo za rakom, zato naj bi preparat narejen iz morskih psov deloval protitumorsko. Znanstveniki Klinike Mayo so opravili klinične preskuse, v katerih se je izkazalo, da je ta preparat popolnoma neučinkovit.⁶

Soda bikarbona (NaHCO_3) naj bi tudi zdravila raka. Njen glavni promotor je Tullio Simoncini. Sporočilo Ameriškega združenja za rak v zvezi s sodo bikarbono je jasno: soda bikarbona ne zdravi raka, prav tako ne zdravi nobene izmed bakterijskih, virusnih ali glivičnih okužb.⁵

Strup škorpiona (Slika 1) je homeopatsko zdravilo narejeno iz zelo razredčenega strupa modrega škorpiona. Kljub nekaterim pozitivnim in vitro raziskavam dokazov o učinkovitosti strupa pri zdravljenju raka ni. Njegova »učinkovitost«⁷ podobno kot pri drugih alternativnih zdravilih temelji na anekdotah in nepreverjenih pričevanjih.⁷

Koencim Q10 proizvajajo vse celice v telesu. Potrebujemo ga za proizvodnjo adenozin trifosfata (ATP). Med obdobji ishemije, kot je recimo srčni infarkt, zmanjšuje poškodbo srčne mišice. Je antioksidant s slabo absorpcijo skozi črevesje. Dokazov, da Q10 deluje protitumorsko, ni.⁸



Slika 1. Homeopatski pripravek škorpionovega strupa. Vir: Osebni arhiv dr. Karmen Stanič.

LASTNOSTI BOLNIKOV, KI UPORABLJAJO ALTERNATIVNE METODE ZDRAVLJENJA

Ljudje, ki namesto standardne medicine uporabljajo alternativne načine zdravljenja, običajno menijo, da je z dokazi podprta medicina zelo invazivna ali neučinkovita, ob tem pa imajo še vedno upanje, da se njihovo zdravstveno stanje s terapevtskimi ukrepi lahko izboljša. Verjamejo besedam zdravilca, ki jim alternativno zdravljenje ponuja, in menijo, da se mora zdravljenje usmeriti na celostno obravnavo človeka.⁹

Bolniki z rakom, ki se zdravijo alternativno namesto standardno, verjamejo, da bodo dlje živeli, imajo občutek večjega nadzora nad lastno usodo ter so manj depresivni in anksiozni. V resnici pa je njihovo dejansko preživetje v povprečju krajše od bolnikov z isto vrsto in enako razširjenostjo rakavega obolenja.¹⁰⁻¹²

ZAKAJ NE MOREMO GOVORITI O UČINKOVITOSTI ALTERNATIVNEGA ZDRAVLJENJA

Alternativna medicina s svojimi zdravili in metodami ni na dokazih temelječa medicina, saj ta zdravila in metode niso bili testirani v pravilno izvedenih kliničnih raziskavah oz. raziskave zaradi metodoloških pomanjkljivosti niso bile objavljene. Nekatera zdravila so celo bila testirana in raziskave objavljene, a so metodološko sporne. Tako je denimo sistematična analiza iz leta 2016, ki je vključila 198 kliničnih raziskav z alternativnimi zdravili, pokazala, da niti ena od njih ni določila optimalne doze pripravka, kar je osnova kliničnih preskušanj.¹³

ZAKLJUČEK

- Veliko bolnikov s pljučnim rakom uporablja alternativne metode zdravljenja.
- Ločevati moramo med komplementarnimi in alternativnimi metodami.
- Podatkov o učinkovitosti alternativnih metod ni, zato jih bolnikom odsvetujemo.



LITERATURA

1. Bauml JM, Chokshi S, Schapira M, et al. Do attitudes and beliefs regarding complementary and alternative medicine impact its use among patients with cancer? A cross-sectional survey. *Cancer* 2015; 121: 2431–8.
2. Pridobljeno 2. 9. 2016 s spletne strani: <http://www.cancer.net/>
3. Pridobljeno 2. 9. 2016 s spletne strani: <http://www.cancerresearchuk.org/>
4. Pridobljeno 2. 9. 2016 s spletne strani: <http://www.cancer.org>
5. Pridobljeno 2. 9. 2016 s spletne strani: <https://www.mskcc.org/>
6. Loprinzi CL, Levitt R, Barton DL, et al. North central cancer treatment Group: Evaluation of shark cartilage in patients with advanced cancer. *Cancer* 2005; 104: 176–82.
7. Pridobljeno 8. 9. 2016 s spletne strani: <https://www.mskcc.org/cancer-care/integrative-medicine/herbs/scorpion-venom/>
8. Pridobljeno 8. 9. 2016 s spletne strani: <https://www.mskcc.org/cancer-care/integrative-medicine/herbs/coenzyme-q10/>
9. Lerner IJ. Laetrile: A Lesson in Cancer Quackery. *Canc J Clin* 1981; 31: 91–5.
10. Furnham A, Forey J. The attitudes, behaviors and beliefs of patients of conventional vs. complementary (alternative) medicine. *J Clin Psychol* 1994; 50: 458–69.
11. Helyer LK, Chin S, Chui BK. The use of complementary and alternative medicines among patients with locally advanced breast cancer – a descriptive study. *BMC Cancer* 2006; 6: 39.
12. Garland SN, Valentine D, Desai K. Complementary and alternative medicine use and benefit finding among cancer patients. *J Altern Complement Med* 2013; 19: 876–81.
13. Vickers AJ, Kuo J, Cassileth BR. Unconventional anticancer agents: a systematic review of clinical trials. *JCO* 2006; 24: 136–40.
14. Garland SN, Valentine D, Desai K. Complementary and alternative medicine use and benefit finding among cancer patients. *J Altern Complement Med* 2013;19: 876–81.
15. Vickers AJ, Kuo J, Cassileth BR. Unconventional anticancer agents: a systematic review of clinical trials. *JCO* 2006;24: 136–40.