

Akupunktura kot podporna terapija pri zdravljenju ginekoloških onkoloških bolnic

Acupuncture as supportive therapy in the treatment of gynecologic oncology patients

Ajša Ana Repar Artač

Povzetek: Akupunktura kot del integrativne medicine predstavlja podporno terapijo pri zdravljenju ginekoloških onkoloških bolnic. Vloga akupunkture je predvsem v lajšanju simptomov bolezni in zmanjševanju neželenih učinkov onkološkega zdravljenja. Številne klinične raziskave so pokazale pozitivne učinke pri obvladovanju bolečine, slabosti, bruhanja, utrujenosti, nespečnosti ter vazomotornih simptomov, kot so vročinski oblivi. Poleg tega akupunktura pomembno prispeva k izboljšanju psihološkega počutja z zmanjševanjem anksioznosti in depresivnosti, kar se odraža v višji kakovosti življenja bolnic. Mehanizmi delovanja vključujejo aktivacijo endogenih opioidnih sistemov, modulacijo nevrotransmiterjev, izboljšanje mikrocirkulacije ter imunomodulatorne učinke. Terapija je ob ustrezni izvedbi večinoma varna, čeprav obstajajo absolutne in relativne kontraindikacije, resni zapleti so izjemno redki. Kljub obetavnim rezultatom so zaradi omejene metodološke kakovosti dosedanjih raziskav potrebne nadaljnje, multicentrične in standardizirane klinične študije.

Ključne besede: akupunktura, ginekološka onkologija, dopolnilna terapija, utrujenost, povezana z rakom (CRF), lajšanje bolečine, slabost in bruhanje, integrativna onkologija

Keywords: acupuncture, gynecologic oncology, supportive therapy, cancer-related fatigue (CRF), pain management, nausea and vomiting, integrative oncology

Uvod

Onkološko zdravljenje je povezano s številnimi neželenimi učinki, ki pomembno vplivajo na kakovost življenja bolnic. V zadnjem času se vse bolj uveljavlja koncept integrativne onkologije, ki združuje konvencionalne medicinske pristope z dopolnilnimi metodami, med katerimi ima akupunktura posebno mesto. Akupunktura je ena najbolj raziskanih dopolnilnih metod in služi kot podpora pri obvladovanju simptomov bolezni, pri zmanjšanju neželenih učinkov zdravljenja, pri izboljšanju psihofizičnega stanja ter kakovosti življenja bolnic. Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) akupunkturo priznava kot učinkovito dopolnilno metodo pri obvladovanju številnih simptomov v onkologiji. Tudi ESMO (European Society For Medical Oncology) vključuje akupunkturo v priporočila za lajšanje različnih simptomov ob onkološki terapiji.

Akupunktura je del tradicionalne kitajske medicine, stara je že več kot 2000 let. Po razlagi tradicionalne kitajske medicine v zdravem telesu nemoteno kroži vitalna energija imenovana qi in neravnovesja v pretoku te energije naj bi bila povezana z nastankom bolezni.

Akupunktura (=vbadanje tankih igel v določene akupunkturne točke po telesu) naj bi odpravljala zastoje kroženja vitalne energije qi po telesu in na ta način ponovno vzpostavila ravnovesje ter spodbudila samozdravilne procese.

Akupunkturna terapija običajno traja 20-30 minut in ponavadi se opravi 10-12 ponovitev. Poleg najbolj razširjene metode vbadanja sterilnih igel v akupunkturne točke, obstajajo tudi druge akupunkturne tehnike, ki stimulirajo akupunkturne točke na drugačen način (elektroakupunktura, laserska akupunktura...).

Učinki akupunkture

V zahodni medicini je mehanizem delovanja akupunkturne terapije predmet številnih raziskav, nekateri učinki so podprti z dokazi. To so:

- aktivacija endogenih opioidnih sistemov (endorfini, enkefalini), kar zmanjšuje zaznavanje bolečine,
- izboljšanje mikrocirkulacije,
- modulacija serotoninergičnega in dopaminergičnega sistema, kar izboljšuje, razpoloženje in zmanjšuje anksioznost,
- imunomodulatorni učinki - zmanjšanje proinflammatoryh citokinov,
- uravnavanje hipotalamično-hipofizno-nadledvične osi, kar pozitivno vpliva na stresni odziv.

Klinična uporaba akupunkture v ginekološki onkologiji

Akupunkturna terapija pri onkoloških bolnicah je največkrat indicirana za:

Zdravljenje bolečine

Zdravljenje bolečine je eno izmed najbolj raziskanih učinkov akupunkturne terapije. Akupunktura je učinkovita kot dopolnilna metoda zdravljenja bolečine pred, med in po kirurških posegih in po radioterapiji. Meta-analize kažejo na zmanjšano uporabo opioidov in boljše subjektivne ocene bolečine pri bolnicah, ki so prejemale akupunkturo. Intraoperativno zdravljenje bolečine poleg predoperativnega zdravljenja z akupunkturo se je izkazalo celo za bolj učinkovito kot samo predoperativno zdravljenje.

Lajšanje simptomov slabosti in bruhanja

Randomizirane kontrolirane študije so dokazale učinkovitost akupunkture pri zmanjševanju s kemoterapijo inducirane slabosti in bruhanja. Pomembna razlika je bila predvsem pri pojavnosti slabosti in bruhanja v kasnejšem obdobju po prejetju specifične onkološke terapije in pri trajanju akupunkturne terapije vsaj 5 dni.

Lajšanje simptomov utrujenosti in nespečnosti

Kronična utrujenost (cancer-related fatigue, CRF) je pogost simptom pri onkoloških bolnikih. Akupunktura dokazano zmanjšuje intenzivnost utrujenosti ter izboljšuje kakovost spanja. Meta-analize so pokazale klinično pomembno zmanjšanje pojavnosti CRF tako pri bolnicah z rakom, ki so prejemale onkološko zdravljenje kot tudi pri bolnicah, ki specifične onkološke terapije niso prejemale.

Lajšanje hormonsko pogojenih simptomov

Bolnice z ginekološkimi raki pogosto doživljajo simptome prezgodnje menopavze zaradi nedelovanja jajčnikov. Več raziskav in sistematični pregled literature je potrdilo, da akupunktura zmanjšuje frekvenco in intenzivnost vročinskih oblivov.

Zdravljenje s kemoterapijo povzročene periferne nevropatije

Raziskave so pokazale, da je akupunktura učinkovita predvsem pri izboljšanju senzorične funkcije. Izkazalo se je, da je bolj učinkovita pri zdravljenju nevropatije blage do zmerne stopnje kot pri zdravljenju nevropatije hude stopnje. Učinkovitost se pokaže šele po dolgotrajnejši akupunkturni terapiji (po 10 tednih zdravljenja).

Psihološka podpora

Študije so pokazale, da akupunktura pomembno zmanjšuje stopnjo anksioznosti in depresije, kar je zelo pomembno pri dolgoročni rehabilitaciji onkoloških bolnic.

Kontraindikacije

Čeprav je akupunktura v rokah usposobljenega terapevta varna, obstajajo tudi omejitve. Med absolutne kontraindikacije sodijo motnje koagulacije s spontanimi krvavitvami in akutna sistemska okužba. Elektroakupunktura je kontraindicirana pri bolnikih z vsadnimi elektro-stimulacijskimi napravami, kot je srčni spodbujevalnik ali kardioverter-defibrilator. Stimulacija nekaterih akupunkturnih točk je kontraindicirana v nosečnosti zaradi tveganja za prezgodnji porod ali druge zaplete. Med relativne kontraindikacije pa sodijo zmerne koagulopatije, imunska kompromitiranost bolnikov, slabo urejena epilepsija, psihična nestabilnost pri bolnikih. Prav tako se akupunktura ne izvaja na mestih kirurških ran ali vnetij.

Zapleti in neželeni učinki

Neželeni učinki so redki, v glavnem gre za blage neželene učinke. Mednje sodijo manjši hematomi, bolečina zaradi vbadanja igel, omotičnost, slabost in poslabšanje simptomov, zaradi katerih se akupunkturna terapija izvaja. V literaturi je moč zaslediti tudi resnejše neželene učinke, ki pa so zelo redki (0,02 resnih zapletov/10.000 obravnav). Med resnejše spadajo okužbe kože, okvare perifernih živcev, kolaps, epileptični napadi, pnevmotoraks, hepatitis, tamponada perikarda, okvare CŽS, septični artritis, abscesi, meningitis in endokarditis.

Zaključek

Akupunktura predstavlja učinkovito dopolnilno metodo zdravljenja oziroma lajšanja težav pri ginekoloških onkoloških bolnicah. Večinoma se je poslužujemo za lajšanje simptomov slabosti, bolečine, utrujenosti, periferne nevropatije, povzročene s kemoterapijo, hormonsko pogojenih simptomov in psihološkega distresa ob onkološki bolezni in zdravljenju. Je varna metoda zdravljenja, kadar jo izvaja usposobljen terapevt. Neželeni učinki so zelo redki in večinoma blagi. Kljub pozitivnim rezultatom znanstvenih raziskav in velikem zanimanju za raziskovanje na področju učinkovitosti akupunkture za različna bolezenska stanja pa zaenkrat ostajajo omejitve njene širše uporabe. Objavljene raziskave so večinoma retrospektivne, z manjšim številom vključenih bolnic in heterogenim metodološkim pristopom. Za standardizacijo protokolov so potrebne dodatne prospektivne randomizirane kontrolirane raziskave.

Literatura:

1. Sung-A Kim, Sujung Yeo, Sabina Lim. Effectiveness and Safety of Acupuncture for Nausea and Vomiting in Cancer Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis 2025 Jul 17;61(7):1287.
2. Yakir Segev, Sereen Abofol, Noah Samuels, Meirav Schmidt, Wisam Assaf, Eran Ben-Arye. Postoperative pain following intraoperative acupuncture: a randomized-controlled study, 2025 Aug 26;15(5):642-647.
3. Yan Zhang, Lu Lin, Huiling Li, Yan Hu, Li Tian. Effects of acupuncture on cancer-related fatigue: a meta-analysis, 2018 Feb;26(2):415-425 doi: 10.1007/s00520-017-3955-6. Epub 2017 Nov 11.
4. Wenli Liu, Baisong Zhong, Richard W Wagner, M Kay Garcia, Jennifer L McQuade, Wen Huang, Yisheng Li, Graciela M Noguera Gonzalez, Michael R Spano, Alessandro Cohen, Yimin

Geng, Lorenzo Cohen. Systematic Review and Meta-analysis of Acupuncture for Modulation of Immune and Inflammatory Markers in Cancer Patients, 2024 Jan-Dec;23:15347354241302072.

5. Yuxia Jin, Yunxia Wang, Jiayuan Zhang, Xiao Xiao, Qi Zhang. Efficacy and Safety of Acupuncture against Chemotherapy-Induced Peripheral Neuropathy: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Evid Based Complement Alternat Med*, 2020 Nov 9;2020:8875433.
6. National Cancer Institute (NCI). Acupuncture in Cancer Treatment (PDQ®)—Health Professional Version. National Cancer Institute, 2022.
7. National Cancer Institute (NCI). Acupuncture in Cancer Treatment (PDQ®)—Health Professional Version. National Cancer Institute, 2022.
8. European Society for Medical Oncology (ESMO). Supportive and palliative care: Guidelines on complementary therapies in oncology. *Ann Oncol*. 2021.