

Gemeinschaftspraxis (BAG)

Dr. med. Roger Lux

Dr. med. Christina Lux

Fachärzte für Innere Medizin

Akupunktur ◦ Ernährungsmedizin ◦ Hausärztliche Versorgung

Gesundheitszentrum am Lambertiplatz

Lambertiplatz 3, 48653 Coesfeld

Tel.: (0 25 41) 53 88, Fax (0 25 41) 8 73 13, E mail: info@gemeinschaftspraxis-lux.de, www.gemeinschaftspraxis-lux.de

Komplementärmedizin in der Onkologie

Unter dem Begriff „Komplementärmedizin“ wird ein breites Spektrum diagnostischer und therapeutischer Verfahren zusammengefasst. In der wissenschaftsbasierten konventionellen Medizin werden idealerweise evidenzbasierte und wissenschaftlich fundierte Behandlungsmethoden eingesetzt gemäß der neuen S3-Leitlinie „Komplementärmedizin in der Behandlung von onkologischen PatientInnen“.

Dagegen basiert die Komplementärmedizin häufig auf traditionellen oder erfahrungsbasierten Heilmethoden. Der Begriff „komplementär“ bedeutet auch in diesem Zusammenhang „ergänzend“. Das heißt, die Komplementärmedizin soll als Ergänzung zur konventionellen Medizin verstanden und nicht als alleinige Therapie eingesetzt werden.

Therapieentscheidung gemeinsam treffen

Viele onkologische Patientinnen und Patienten setzen in der Hoffnung auf Linderung oder Heilung auf komplementärmedizinische Methoden. Für Betroffene werden viele verschiedene komplementäre Heilmethoden angeboten, auch in palliativen Situationen.

Allerdings ist es für Personen ohne medizinische Kenntnisse schwierig, sich zu informieren. Der Markt ist riesig, verlässliche evidenzbasierte Informationen sind für Betroffene schwer zu finden. Ohne Informationen zu Wirksamkeit, zu Nebenwirkungen und Interaktionen mit konventionellen onkologischen Therapien kann kaum eine bewusste Entscheidung für oder gegen eine Behandlungsmethode getroffen werden.

Die neue S3- Leitlinie fasst die vorhandene Evidenz zusammen und liefert, basierend auf der Leitlinie, Positiv-, Weder-noch- und Negativempfehlungen zu einzelnen Methoden und Wirkstoffen.

Die wichtigsten Empfehlungen:

Positive Empfehlungen:

- Körperliche Inaktivität soll vermieden werden.
- Empfohlen sind pro Woche 150 Minuten moderate oder 75 Minuten anstrengende Aktivität zur Behandlung bzw. Prävention von Fatigue und zum Erhalt der Lebensqualität. Unter Trainingsanleitung soll die körperliche Aktivität unter anderem die Elemente

Ausdauertraining, Krafttraining, Koordinationstraining und Beweglichkeitstraining enthalten.

- Yoga sollte zur Senkung von Fatigue (Schwäche) empfohlen werden.
- Tai Chi/Qigong sollte zur Senkung von Fatigue sowie Ein- und Durchschlafstörungen empfohlen werden.
- Akupunktur sollte u. a. gegen Tumorschmerzen eingesetzt werden. Dadurch können Analgetika eingespart werden.
- Akupressur kann z. B. zur Reduktion von Übelkeit und zur Schmerzlinderung zur Anwendung kommen.

- Da keine ausreichenden Daten aus klinischen Studien vorliegen, kann für klassische Naturheilverfahren und Homöopathie weder eine Empfehlung für noch gegen die Anwendung bei onkologischen Patientinnen und Patienten gegeben werden.

- Auch die folgenden Wirkstoffe oder Verfahren können weder empfohlen noch abgelehnt werden: Cannabinoide gegen Anorexie und Kachexie, Aloe vera zur Linderung strahleninduzierter Hautschäden oder Mistel zur Verlängerung der Überlebenszeit.

Negativempfehlungen gibt die Leitlinie unter anderem für Bioenergiefeld-Therapien, Osteopathie bei verminderter Knochenstabilität, Hyperthermie, ketogene Diäten, Vitamin A, Vitamin E, Methadon und Johanniskraut.

- Zu den klassischen Naturheilverfahren gehören Phytotherapie, Hydrotherapie, Ernährungstherapie, Bewegungstherapie und Ordnungstherapie. Für keine dieser Methoden kann eine Wirksamkeit auf Mortalität, krankheits- und therapieassoziierte Morbidität und Lebensqualität belegt werden.

Positive Empfehlung für Sport und Bewegung

Die einzige starke („soll“) Positiv-Empfehlung kann für Sport und Bewegung für Tumorpatientinnen und -patienten gegeben werden. Körperliche Inaktivität soll vermieden werden. Empfohlen sind pro Woche 150 min moderate oder 75 min anstrengende Aktivität. Unter Trainingsanleitung soll die körperliche Aktivität die Elemente Ausdauertraining, Krafttraining, Koordinationstraining und Beweglichkeitstraining enthalten. Ziel ist die Behandlung bzw. Prävention von Fatigue und der Erhalt der Lebensqualität. Positive („sollte“) Empfehlungen gibt es für Yoga und Tai Chi/Qigong gegen Fatigue.

Fazit: Die Beratung onkologischer Patientinnen und Patienten mit dem Wunsch nach komplementärmedizinischen Therapien sollte ergebnisoffen erfolgen. Manche komplementärmedizinische Methode kann eine sinnvolle Ergänzung zur konventionellen Tumorthherapie sein. Allerdings sollten Evidenzlage und Unbedenklichkeit jedes komplementären Therapieansatzes überprüft werden. Insbesondere eine Verbesserung der Lebensqualität und eine Symptomlinderung können mit komplementären Methoden durchaus erreicht werden.