



# **PATIENTEN-INFO-BRIEF**

## **RUND UM'S THEMA NATURHEILKUNDE**

**AUS DER SERIE: IHR WEG DURCH DIE CHEMOTHERAPIE**

# Liebe Leserinnen und Leser,

**weit mehr als die Hälfte aller Patientinnen und Patienten mit einer Krebserkrankung nehmen zusätzlich zur ihrer schulmedizinischen Behandlung die Naturheilkunde in Anspruch. Bei diesen Methoden handelt es sich jedoch nicht nur um Naturheilkunde im engeren Sinne (Licht, Luft, Wasser, Wärme, Kälte und Phytotherapie). Aus diesem Grund sollte man der Korrektheit halber besser von ergänzenden oder komplementären Methoden sprechen. Darunter versteht man alle Methoden, die die Schulmedizin ergänzen – unabhängig davon, wie gut oder schlecht sie wissenschaftlich abgesichert sind.**



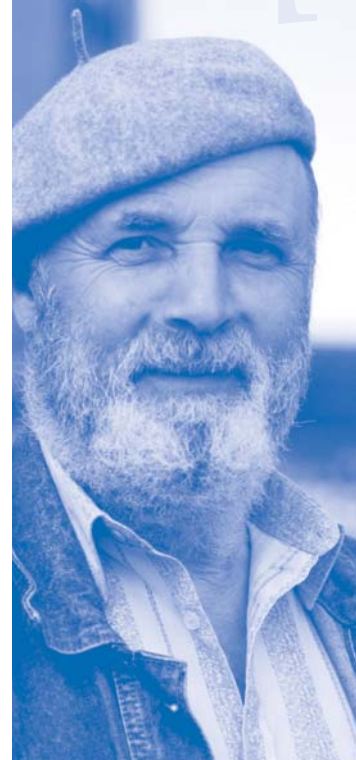
**Dr. med. Axel Eustachi,**  
Zentrum für naturheilkundliche Forschung,  
II. Medizinische Klinik,  
Klinikum der Technischen  
Universität rechts der Isar,  
München

Die ergänzenden oder komplementären Methoden werden nach Aussage vieler Patientinnen und Patienten dem eigenen Wunsch nach Ganzheitlichkeit der Behandlung eher gerecht als die Schulmedizin alleine.\* Denn die Betroffenen möchten angesichts ihrer lebensbedrohlichen Erkrankung alle zur Verfügung stehenden Möglichkeiten ausschöpfen.

Am häufigsten erwarten sie davon eine Stimulation des Immunsystems, eine Heilung der Erkrankung, die Behandlung von Nebenwirkungen der schulmedizinischen Behandlung sowie eine Reduzierung von Stress.\*\* Bislang konnte jedoch nicht gezeigt werden, dass eine Heilung einer Tumorerkrankung mittels einer komplementären Methode allein möglich ist. Darüber hinaus besteht auch noch keine Klarheit darüber, ob und in welchen Fällen eine Stimulation des Immunsystems sinnvoll ist.

Für die Behandlung von Nebenwirkungen der schulmedizinischen Therapie und für die Reduzierung von Stress allerdings scheinen bestimmte komplementärmedizinische Methoden durchaus wirksam und sinnvoll zu sein.

Im Bezug auf die Komplementärmedizin besteht zwischen Patientinnen und Patienten sowie ihren behandelnden Onkologen nicht selten ein Kommunikationsproblem, da die Betroffenen aus Angst vor Kritik die Anwendung ergänzender Therapien verschweigen. Dies führt leider in den meisten Fällen dazu, dass Informationen zu begleitenden Therapien nicht über Fachleute bezogen werden, sondern aus den Medien oder von anderen Betroffenen. Für den Einzelnen ist es dabei schwierig, die Qualität der Information zu beurteilen, insbesondere dann, wenn die Ungefährlichkeit oder die Natürlichkeit einer komplementären Therapie betont werden. Grundlage jeder komplementären Therapie sollte daher möglichst die Orientierung an wissenschaftlichen Erkenntnissen sein.





### Prävention durch den Lebensstil

Gegenwärtig besteht in der Fachwelt Übereinstimmung über die Möglichkeit der Krebsvermeidung durch den Lebensstil. Eine gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung und die Vermeidung von Übergewicht könnten nach neueren Schätzungen 30–40 Prozent aller Krebserkrankungen verhindern.\*\*\* Gesund meint in diesem Zusammenhang eine vollwertige Ernährung mit einem hohen Anteil an Obst und Gemüse. Vegetarier haben dabei gegenüber Fleischessern offenbar ein deutlich geringeres Krebsrisiko, doch ist möglicherweise hier auch die Menge und Art der Zubereitung des Fleisches von Bedeutung. Vieles spricht dafür, sich mediterran zu ernähren: hauptsächlich Gemüse, Obst und regelmäßig Fisch sind sehr gesund.

Inwieweit diese Art der Ernährung auch für bereits an Krebs erkrankte Menschen von Vorteil ist, wurde bislang anhand größerer Studien noch nicht untersucht. Bei guter Verträglichkeit kann sie jedoch nach derzeitigem Forschungsstand auch im Rahmen einer Sekundärprävention empfohlen werden.

Abzuraten ist dagegen von Radikaldiäten, die das Risiko einer Unterernährung bergen. Die ausreichende Versorgung mit Vitaminen, Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen sollte primär über die Ernährung angestrebt werden. Ob eine Ergänzung in Form von Fertigpräparaten sinnvoll ist, sollte im Einzelfall mit der behandelnden Ärztin/dem behandelnden Arzt geklärt werden. Beispiel hierfür wäre ein nachgewiesener Mangel durch eine eingeschränkte Nahrungsaufnahme aufgrund von Übelkeit z. B. während einer Chemotherapie.

Von einigen Nahrungsmitteln ist aus der Forschung bekannt, dass ihre Inhaltsstoffe krebsvorbeugend wirken können. Dazu zählen die Polyphenole aus grünem Tee oder die Schwefelkomponenten aus der Zwiebel oder dem Knoblauch.



### **Komplementäre Therapien**

Für keine der naturheilkundlichen/komplementären Therapien konnte bislang der wissenschaftliche Beweis erbracht werden, dass sie alleine Krebs heilen können. Obwohl in einigen Studien für bestimmte komplementäre Heilmittel Hinweise auf eine positive Wirkung gefunden wurden, steht der wissenschaftlich endgültig akzeptierte Nachweis dafür noch aus. Therapien, die häufig in diesem Zusammenhang genannt werden, sind beispielsweise die Misteltherapie, die Gabe von Thymusextrakten, die Gabe bestimmter pflanzlicher Therapeutika europäischer, amerikanischer oder asiatischer Herkunft sowie spezielle Tumordiäten.

Ein weiterer Einsatzbereich komplementärer Verfahren ist die Behandlung von Nebenwirkungen der schulmedizinischen Therapie. Zu diesen gehören z.B. Übelkeit, Erbrechen, Appetitlosigkeit und Schmerzen. Bei diesen Problemen könnte ein Behandlungsversuch mittels Nadelakupunktur sinnvoll sein, falls die schulmedizinischen Therapieoptionen ausgeschöpft sind oder von den Betroffenen nicht vertragen werden.

### **Verbesserung der Lebensqualität**

Verfahren zur Verbesserung der Befindlichkeit der Patientinnen und Patienten – insbesondere im Rahmen der „Hilfe zur Selbsthilfe“ – kommt bei Tumorerkrankungen besondere Bedeutung zu. Während alle vorab genannten Therapien aufgrund der wissenschaftlich unklaren Beweislage sehr kontrovers diskutiert werden, sind Selbsthilfetechniken zur Schmerztherapie und Entspannung allgemein akzeptiert. Zum Beispiel kommen meditativen Verfahren wie Yoga, Tai Chi oder Qi Gong in ihren jeweiligen Medizinphilosophien eine ganz bestimmte Bedeutung zu. Aus Sicht einer praxisorientierten modernen Medizin können deren vorteilhafte Wirkungen zur Verbesserung der Lebensqualität von Patientinnen und Patienten sinnvoll genutzt werden. Alle Verfahren zur Selbsthilfe sind in der Regel ungefährlich, einfach in der Handhabung und nicht teuer.

# Tagesklinik und Gesundheits- training für Krebspatienten

Das Zentrum für naturheilkundliche Forschung des Klinikums rechts der Isar ist eine Tagesklinik für Tumorpatienten. Ziel ist die Information über sinnvolle komplementäre Therapieverfahren bei Krebs, die Vermittlung von Selbsthilfetechniken sowie deren wissenschaftliche Bewertung. Hier bekommen Patientinnen und Patienten Methoden an die Hand, die Linderung bei häufigen Nebenwirkungen der Tumorthherapie wie Schmerzen, Schlafstörungen, Übelkeit und Appetitlosigkeit bieten können. Ein wichtiger zusätzlicher Aspekt: die Betroffenen aus der Passivität herauszuführen, die häufig mit der Diagnose, der Operation und der schulmedizinischen Behandlung einher geht und als sehr belastend empfunden wird.

IHR WEG DURCH DIE CHEMOTHERAPIE

## Fazit

Es ist durchaus sinnvoll, zur Behandlung von tumorassoziierten Beschwerden die Schulmedizin mit Methoden der Komplementärmedizin zu verbinden. Die angewandten Methoden sollten nach allgemein akzeptierten wissenschaftlichen Maßstäben für sinnvoll befunden worden sein und mit ausgewiesenen Fachleuten auf dem Gebiet der Komplementärmedizin durchgeführt werden.

Bei Fragen zu komplementären Methoden wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre behandelnde Ärztin/Ihren behandelnden Arzt.

**Viel Erfolg auf Ihrem Weg wünscht Ihnen**

Ihr



**Dr. med. Axel Eustachi**

## Literatur:

- \* Ernst E und Cassileth B R (1999), How useful are unconventional cancer treatments? European Journal of Cancer, Vol 35, No. 11, S. 1608–1613.
- \*\* Shen J, Andersen R, Albert PS, Wenger N, Glaspy J, Cole M, Shekelle P (2002), Use of complementary/alternative therapies by women with advanced-stage breast cancer. BMC Complement Altern Med; August 13; 2(1):8.
- \*\*\* World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research (1997) Food, Nutrition and the Prevention of Cancer: a global perspective; ISBN: 1 899 533 05 2.

# Schützen Sie sich durch Wissen!

Wir möchten Ihnen dabei helfen, sich über die Chemotherapie und die damit verbundenen Nebenwirkungen zu informieren.

Schreiben Sie an die unten stehende Adresse und nutzen Sie unseren Informations-Service: Wählen Sie einfach aus der folgenden Übersicht, welche Informationen rund um die Themen Krebs und Chemotherapie Sie interessieren und wir senden Ihnen die gewünschten Medien in Kürze zu. Wir freuen uns auf Ihre Antwort!

- Patienten-Broschüre „Wissen macht stark“
- Broschüre „Internet-Ratgeber Krebs“
- Broschüre „Chemotherapie und Infektionsrisiko“
- verschiedene Info-Briefe rund um die Chemotherapie im Abo

Die Inhalte, Angaben, Informationen und Abbildungen in diesem Info-Brief („Inhalte“) sind nur für Nutzer innerhalb des Gebiets der Bundesrepublik Deutschland bestimmt. Sofern sie Informationen zu oder im Zusammenhang mit Gesundheitszuständen, Krankheitsbildern, medizinischen Fragen oder Therapiemöglichkeiten enthalten, ersetzen sie nicht die Empfehlungen oder Anweisungen eines Arztes oder eines anderen Angehörigen der Heilberufe. Die Inhalte dieses Info-Briefes sind nicht bestimmt zur Diagnose oder Behandlung eines gesundheitlichen oder medizinischen Problems oder einer Erkrankung. Darüber hinaus erhebt der Inhalt dieses Info-Briefes keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit.

Mit Aushändigung und/oder Benutzung des Info-Briefes kommt keinerlei Vertragsverhältnis, insbesondere kein Rat- oder Auskunftsvertrag, zwischen Ihnen und Amgen GmbH bzw. mit dieser konzernmäßig verbundenen Gesellschaften (zusammen: Amgen) zustande. Insofern bestehen auch keinerlei vertragliche oder quasi vertragliche Ansprüche. Vorsorglich wird eine Haftung – gleich aus welchem Rechtsgrund – ausgeschlossen, ausgenommen die Haftung für eine grob fahrlässige Verletzung von Leben, Körper, Gesundheit.

Das Layout des Info-Briefes, die verwendeten Grafiken und Bilder, die Sammlung sowie die einzelnen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt (© 2003). Das Urheberrecht steht, sofern nichts anderes angegeben ist, ausschließlich Amgen GmbH zu. Durch nichts in diesem Info-Brief wird eine Lizenz oder ein Recht an einem Urheberrecht, Patent oder Marken von Amgen oder Dritten begründet. Nachdruck oder auch auszugsweise Kopien nur mit vorheriger Genehmigung der Amgen GmbH.

Dieser Informations-Service wird unterstützt von:

**AMGEN GmbH**  
Hanauer Straße 1  
80992 München  
Tel.: 089/14 90 96-0  
Fax: 089/14 90 96-20 11

E-Mail: [info@amgen.de](mailto:info@amgen.de)



AMGEN ist das größte unabhängige Biotechnologie-Unternehmen der Welt. Der Hauptsitz des Unternehmens liegt im kalifornischen Thousand Oaks. AMGEN erforscht, produziert und vertreibt Substanzen, die mit Hilfe moderner Techniken der DNA-Rekombination und Zellbiologie entwickelt werden. In Deutschland ist AMGEN seit 1989 durch die AMGEN GmbH in München vertreten.

**WISSEN MACHT STARK**

**AMGEN®**  
[www.onkologie.de](http://www.onkologie.de)

