

## **WS V: Komplementäre Methoden**

### **Komplementäre Behandlungsmaßnahmen integraler Bestandteil vieler supportiver Therapiekonzepte**

Autorin: Steffi Weiss

Durch die Leistungen der modernen Onkologie leben immer mehr Menschen über eine längere Zeit mit oder nach der Erkrankung Krebs. Viele von ihnen haben das verständliche Bedürfnis, selbst etwas zum Gelingen der Therapie beizutragen, die Nebenwirkungen der Behandlungen zu mindern, Rückfälle zu verhindern und besser mit den Einschränkungen zurecht zu kommen, die durch Krankheit und Therapie verursacht werden. Diesem Bedürfnis kommt die „Komplementärmedizin“ u.a. mit Empfehlungen zur Ernährung, dem Einsatz pflanzlicher Medikamenten, wie auch psychologischer und körperorientierter Verfahren entgegen. Zum Nutzen der Patientinnen und Patienten ist ein fachlich kompetenter Umgang mit diesen Behandlungsverfahren und Empfehlungen erforderlich, der sich am aktuellen Kenntnisstand zur Wirksamkeit und Sicherheit orientiert, konstatierte Markus Horneber, Nürnberg.

### **Phytoöstrogene bei klimakterischen Beschwerden**

Ein Gebiet, bei dem viele Patientinnen gerne selbst unterstützend aktiv werden möchten, ist das klimakterische Syndrom in Folge einer antihormonellen Therapie beim Mammakarzinom. Die sehr belastenden Symptome wie Hitzewallungen, Nachtschweiß oder depressive Verstimmungen stellen einen häufigen Grund für einen Therapieabbruch dar, erläuterte Matthias Rostock, Zürich. Eine Östrogensubstitution ist kontraindiziert, als komplementäre Therapieoptionen stehen beispielsweise Phytoöstrogene wie Isoflavone oder Lignane zur Verfügung. Zwar liegen zumindest teilweise positive Ergebnisse zur Beeinflussung von Beschwerden im Klimakterium durch Isoflavone vor, die Interventionsstudien mit Isoflavonen zur Beeinflussung klimakterischer Beschwerden bei Brustkrebspatientinnen waren jedoch nicht überzeugend, so Rostock. Eine Phase-II-Studie bei 30 Patientinnen konnte mit 40 mg Leinsamen täglich eine mittlere Reduktion der Hitzewallungen von 7,3 auf 3,6 täglich erzielen (Pruthi S et al. 2007). Der Wirkmechanismus der Traubensilberkerze (*Cimicifuga racemosa*) ist bis heute nicht eindeutig geklärt, jüngere Untersuchungen zeigen aber, dass es sich nicht um Isoflavone handelt. Die Traubensilberkerze wird heute als selektiver Estrogen-Rezeptor-Modulator (SERM) eingestuft mit z.T. östrogenagonistischer und z.T.

östrogenantagonistischer Wirkung sowie zentralnervöser, dopaminerger Wirkkomponente, erklärte Rostock. In 4 klinischen Studien bei Mammakarzinompatientinnen zeigte sich teilweise eine signifikante Reduktion der Hitzewallungen. Eine pharmakoepidemiologische retrospektive Beobachtungsstudie zum rezidivfreien Überleben bei 18.861 Brustkrebspatientinnen demonstrierte ebenfalls eine Reduktion des Rezidivrisikos unter Cimicifuga (Zepelin HH et al. 2007). Als weitere mögliche komplementäre Methoden kommen Homöopathie, Akupunktur, Relaxation, Yoga oder die Neuraltherapie in Frage. Die zunehmenden wissenschaftlichen Daten aus Klinik und Präklinik zu komplementären Methoden sind jedoch zum Teil sehr heterogen, konstatierte Rostock, so dass ein hoher Bedarf nach einer systematischen Erfassung, Bewertung und Empfehlungen besteht, so Rostock weiter.

### **Appetitlosigkeit und Anorexie lassen sich durch CAM beeinflussen**

Gewichtsverlust bei Tumorpatienten existiert häufig schon bei Diagnosestellung, je weiter die Erkrankung fortgeschritten ist, umso weniger Energie nehmen die Patienten auf, wie Studien zeigen (Ravasco et al. 2004). Während Hunger ein physiologisches Bedürfnis darstellt, das durch Nahrungsaufnahme befriedigt wird, ist der Appetit emotional beeinflussbar, komplexer und wird durch das limbische System gesteuert. So reichen die Ursachen für die verminderte Nahrungszufuhr bei Tumorpatienten von gastrointestinalen Problemen über emotionale Probleme wie Angst, Einsamkeit, über Schmerzen und Übelkeit bis zu metabolischen Veränderungen, erläuterte Jann Arends, Freiburg. Komplementäre Konzepte verfolgen die gleichen Ziele wie klassische Behandlungsansätze, wie die Therapie von Magen-Darm-Beschwerden und Schmerzen und die Appetitanregung mit Kortikoiden, Androgenen oder Gestagenen, aber mit anderen Methoden. So lassen sich gastrointestinale Beschwerden mit Hilfe von Salbei, Ingwer, Wärme, Wickel oder Massagen lindern. Auch eine eingehende Ernährungs- und Essberatung und die Appetitanregung mit Schafgarbentee oder mit Bitterstoffen können Erfolge erzielen.

### **Positive Wirkung von Ginseng bei Fatigue**

Laut NCCN 2009 leiden 70-100% aller Tumorerkrankten zu irgendeinem Zeitpunkt ihrer Erkrankung an Fatigue. Auch Jahre nach Therapieende ist ein beträchtlicher Teil auch geheilter Patientinnen und Patienten noch davon betroffen, so dass man immer gezielt nach Fatigue-Symptomen fragen und mögliche Ursachen abklären sollte, erläuterte Irene Fischer, Nürnberg. Komplementäre Methoden zur Therapie der Fatigue können in medizinischen und psychologischen

Ansätzen bestehen. Fischer hob die Behandlung mit Ginseng hervor, das als ein traditionelles Mittel gegen Erschöpfungszustände eingesetzt wird und aus einem komplexen Wirkstoffgemisch besteht. Hauptwirkstoff sind die Ginsenoside und es liegen Ergebnisse und Erfahrung aus randomisierten klinischen Studien zur Wirksamkeit beim Fatigue-Syndrom vor. Panax Ginseng C.A. Meyer ist in Deutschland als frei verkäufliches, nebenwirkungsarmes Arzneimittel zugelassen, allerdings sind Wechselwirkungen zwischen Ginsengpräparaten und blutgerinnungshemmenden Mitteln vom Cumarin-Typ möglich.

### **Primär- und Sekundärprävention durch Sport**

Auch die primäre und sekundäre Krebsprävention durch Sport und Fitness gehören zu den komplementären Behandlungsmethoden. Zur Primärprävention von östrogenabhängigen Krebsarten wie dem Mammakarzinom werden Sport und regelmäßige körperliche Aktivität, empfohlen, auch das Risiko für ein Endometrium- oder Ovarialkarzinom lässt sich durch regelmäßige körperliche Aktivität senken, erläuterte Andreas Willer, Osnabrück. Auch das Risiko eines Kolonkarzinoms lässt sich durch Sport um bis zu 50% reduzieren. Zur Reduktion des Krebsrisiko sollte das Ausmaß der körperlichen Aktivität über 7 Tage eine Verbrennung von 1000 kcal/ Woche erreichen, was im Schnitt einem Verbrauch von 150 kcal/ Tag durch körperliche Aktivität mittlerer bis starker Intensität (z.B. Joggen mit 8 km/h) entspricht. Die Trainingsintensität ist ideal, wenn noch eine Kommunikation möglich ist. Auch eine Sekundärprävention von Krebserkrankungen durch körperliche Aktivität ist nachweisbar. Das Rezidivrisiko kann beim Mamma- und Kolonkarzinom durch einen gesunden Lebensstil mit ausreichend Sport um bis zu 50% gesenkt werden, was prospektive randomisierte Studien belegen.