

Luontaishoidot täydentävät syöpähoitoja

Syöpäpotilaista suuri osa käyttää yhtä tai useampaa täydentävää hoitomuotoa tukena tervehtymiselleen leikkausten, sytostaattien, hormonien ja sädehoitojen ohella. Yhdysvalloissa eri tutkimusten mukaan syöpäpotilaista jopa 48–88 % käyttää luontaishoitoja (1). Luontaishoitojen anti syöpään sairastuneelle on laaja.

"Ruotsalaistutkimuksen mukaan 26 % syöpäpotilaista käytti luontaishoitoja (CAM, Täydentävät ja vaihtoehtoiset hoidot) syöpädiagnoosin jälkeen, kun niitä ennen diagnoosia oli käyttänyt heistä 34 %. Erityisen aktiivisesti luontaishoitoja käyttivät nuoremmat, korkeasti koulutetut naiset. Suosituimpia luontaishoitoja olivat luontaistuotteet (vitamiinit ja hivenaineet) ja rentoutus. Luontaishoitojen käytön pääasiallisina syinä oli parantaa emotionaalista, fyysistä ja yleistä hyvinvointia ja lisätä elimistön kykyä taistella syöpää vastaan. Tyytyväisyys luontaishoitojen käyttöön oli yleisesti korkealla tasolla. Raportoidut haittavaikutukset olivat harvinaisia ja lieviä. Käyttäjistä 54 % kulutti kuukausittain vähemmän kuin 50 € luontaishoitoihin. Kolmasosa oli keskustellut luontaishoitojen käytöstään syöpähoitohenkilöstön kanssa. Yli puolet tutkimukseen osallistuneista ajatteli, että syöpähoitohenkilöstön tulisi kyetä keskustelemaan (58 %) ja harkitsemaan (54 %) luontaishoitojen käyttämistä syövän hoidossa." (2)

Kaikkia luontaishoitojen käyttäjiä koskevasta tutkimuksesta tiedetään, että luontaishoitojen käyttäjät eivät käytä luontaishoitoja Euroopassa pelkkinä lääketieteellisten hoitojen vaihtoehtoina vaan tyypillisesti niitä täydentävinä hoitoina. (3) Suomessa luontaishoitojen ja valtavirtalääketieteen käyttö eivät olleet tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä toisiinsa eli luontaishoidot eivät vähentäneet valtavirtalääketieteen käyttöä. (4)

Syöpään liittyy monia psykofyysisiä oireita, mm. unettomuus ja stressin tuntemukset. Näitä oireita voidaan hoitaa lääkkeellisesti, jos haitallisia yhteisvaikutuksia syöpään käytettyjen lääkkeiden kanssa ei ole. Kuten Käypä hoito -suosituksissakin mainitaan, ei unilääkkeiden hyödyistä ole täyttä varmuutta syöpään sairastuneilla henkilöillä, vaan niistä voi olla jopa haittaa. Suositeltavampaa olisi käyttää kognitiivis-behavioraalisia menetelmiä, kuten meditaatiota ja mindfulness-harjoituksia. Unettomuus itsessään hidastaa syövästä toipumista heikentämällä immuniteetin toimintaa (5).

Syöpään sekä sen hoitoihin ja hoitojen jälkitilaan liittyvät usein kivut. Kipujen pitkäaikainen hoito lääkkeillä ei aina toimi ja voi omalta osaltaan vaikuttaa varsinaisiin syöpähoitoihin. HUS Neurokeskuksen tilaamasta opinnäytetyöstä käy ilmi, että kipua voidaan hoitaa myös lääkkeettömästi esimerkiksi akupainannalla, aromaterapialla sekä lihas- ja tasapainoharjoittelulla. Kivun lievityksen ohella monilla lääkkeettömillä hoitomenetelmillä havaittiin olevan positiivisia vaikutuksia kivun liitännäisoireisiin, kuten väsymykseen, heikkoon elämänlaatuun, masennukseen ja ahdistukseen (6, s. 26 – 41).

Pahoinvointi saattaa liittyä syöpähoitoihin. WHO on luokitellut akupunktiolla hoidettaviksi tiloiksi pahoinvoinnin, masennuksen, postoperaationalliset kivut ja epäsuotuisat reaktiot sädehoitoon ja/tai kemoterapiaan (7, s. 23).

"Kahden viimeksi kuluneen vuosikymmenen [1990 – 2010] aikana tehty laajamittainen tutkimustyö on paljastanut mekanismin, jonka avulla jatkuva oksidatiivinen stressi voi johtaa krooniseen tulehdukseen (inflammaatioon), joka puolestaan voisi säädellä useimpia kroonisia sairauksia, mukaan lukien syöpää, diabetesta, sydän ja verisuonisairauksia sekä neurologisia ja hengitystien sairauksia. – – Kaiken kaikkiaan tähänastiset havainnot viittaavat siihen, että oksidatiivinen stressi, krooninen tulehdus ja syöpä liittyvät läheisesti yhteen." (8) Organismien suojelejana näitä vahingollisia pro-oksidantteja vastaan on entsyymaattiset antioksidantit [esimerkiksi SOD] sekä ei-entsyymaattiset antioksidantit [esimerkiksi glutationi ja C-vitamiini]. (8)

Luontaishoitoalan Foorumi ry
Ilkka Westman, puheenjohtaja
p. 040-7618290
westman.ilkka@gmail.com

Luontaishoitoalan Foorumi ry:n
Sähköpostiosoite: info(at)luontaishoitoala.fi
Verkkosivut: <https://www.luontaishoitoala.fi/>
Facebook: <https://www.facebook.com/LuontaishoitoalanFoorumi>
Twitter: @LuontaisFoorumi

Viitteet:

1. Aarva, Pauliina (Dosentti, terveyden edistäminen) (2020). Pelottelevat virheväitteet vaarantavat syöpäpotilaiden hyvinvointia. Liinan blogi 30.9.2020:
<https://liinanblogi.com/2020/09/30/pelottelevat-virhevaitteet-vaarantavat-syopapotilaiden-hyvinvointia/> (katsottu 20.5.2022)
2. Wode, K., Henriksson, R., Sharp, L. *et al.* Cancer patients' use of complementary and alternative medicine in Sweden: a cross-sectional study. *BMC Complement Altern Med* 19, 62 (2019).
<https://doi.org/10.1186/s12906-019-2452-5> (katsottu 20.5.2022)
Tiivistelmä suomeksi:
<https://www.luontaishoitoala.fi/tutkimus/cam/wode/>
3. Kemppainen, L., Kemppainen T., Reippainen J., Salmenniemi S. & Vuolanto, P. (2018). Use of complementary and alternative medicine in Europe: Health-related and sociodemographic determinants. *Scandinavian Journal of Public Health*, 2018; 46(4), 448-455. Article first published online: October 4, 2017. <https://doi.org/10.1177/1403494817733869> (katsottu 20.5.2022)
Tiivistelmä suomeksi:
<https://www.luontaishoitoala.fi/tutkimus/luontaishoittojen-kaytto/kemppainen/>
4. Vuolanto, P., Kemppainen, L., Kemppainen, T., & Nurmi, J. (2020). Täydentävien ja vaihtoehtoisten (CAM) hoitojen käyttö Suomessa. *Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti*, 57(1).
<https://doi.org/10.23990/sa.80288> (katsottu 20.5.2022)
Tiivistelmä:
<https://www.luontaishoitoala.fi/tutkimus/luontaishoittojen-kaytto/vuolanto/>

5. Unettomuus: Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin ja Suomen Unitutkimusseura ry:n asettama työryhmä (2020). <https://www.kaypahoito.fi/hoi50067> (katsottu 20.5.2020)

6. Laasonen, Marko; Varila, Rosanna (2021). Lääkkeettömät neuropaattisen kivunhoidon menetelmät ja niiden vaikutukset potilaisiin: kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Metropolia Ammattikorkeakoulu, opinnäytetyö. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021120423720> (katsottu 20.5.2022)

7. WHO. 2002. Acupuncture: Review and Analysis of Reports on Controlled Clinical Trials. https://akupunktioammattilaiset.fi/wp-content/uploads/2018/09/9241545437_Acupuncture-review-and-analysis-of-reports-on-controlled-clinical-trials.pdf (katsottu 20.5.2022)
<https://terkko.helsinki.fi/booknavigator/acupuncture-review-and-analysis-reports-on-controlled-clinical-trials> (katsottu 20.5.2022)
https://books.google.fi/books/about/Acupuncture.html?id=vHU0DgAAQBAJ&redir_esc=y (katsottu 20.5.2022)

8. Reuter, S., Gupta, S. C., Chaturvedi, M. M., & Aggarwal, B. B. (2010). Oxidative stress, inflammation, and cancer: how are they linked?. [Free Radic Biol Med](#). Author manuscript; available in PMC 2011 Dec 1. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2990475/> (katsottu 27.5.2022)
Published in final edited form as: [Free Radic Biol Med. 2010 Dec 1; 49\(11\): 1603–1616.](#)