



INTEGRATIEVE KANKERZORG EN MIND-BODY GENEESKUNDE

Deze Gids werd opgesteld door het Antikankerfonds om patiënten en hun familie te helpen een beter inzicht te krijgen in de integratieve kankerzorg en de Mind-Body Geneeskunde. We raden de patiënten aan om steeds hun arts te raadplegen. De informatie in deze gids is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en dient uitsluitend voor informatieve doeleinden.

Meer informatie over het Antikankerfonds: www.antikankerfonds.org

Woorden die met een sterretje zijn aangeduid, worden achteraan dit document uitgelegd.*

Deze leidraad werd geschreven door Ann-Christine Moenaert (het Antikankerfonds).



DEFINITIE VAN INTEGRATIEVE KANKERZORG

Met integratief (afgeleid van de Latijnse term integer, wat “volledig” of “geheel” betekent) bedoelt men het combineren van therapieën zodat deze elkaar aanvullen of een geheel vormen. Integratieve zorg voor kankerpatiënten betekent klassieke en complementaire (niet-klassieke) therapieën samenvoegen tot één behandelingsgeheel. Om dat te bereiken, moeten de hulpverleners op de hoogte zijn en ervaring hebben met verschillende behandelingsopties, zodat de combinatie voordelig kan zijn voor hun patiënt. “Samen kunnen wij het” betekent dat oncologen en verleners van complementaire behandelingen moeten samen-werken waarbij de patiënt centraal staat bij alle overwegingen en beslissingen.

Integratieve zorg voor kankerpatiënten houdt in dat de persoon in zijn geheel wordt verzorgd. Daarbij wordt rekening gehouden met alle dimensies van het individu: zowel fysieke, emotionele, mentale als spirituele aspecten. Deze multidisciplinaire benadering wordt door een team van professionele hulpverleners uitgevoerd: artsen, verpleegkundigen, psychologen, kinesitherapeuten, geestelijken, maatschappelijk werkers, diëtisten en therapeuten die diverse complementaire behandelingen toepassen (bv. op mindfulness gebaseerde stressreductie, ademtherapie, bewegingstherapieën, bijzondere vormen van zachte massage, kunstzinnige therapieën, muziektherapie). Het coachen van de levensstijl behoort tot de kernconcepten van de integratieve zorg voor kankerpatiënten: advies over gezonde voeding en fysieke activiteit alsook lessen over ontspanningstechnieken. Sommige centra voor integratieve kankerzorg worden geassocieerd met een bepaalde medische en/of filosofische achtergrond, zoals traditionele Chinese geneeskunde, Ayurveda, kruidengeneeskunde of antroposofische geneeskunde.

Onder de grote noemer van integratieve kankerzorg bevindt zich een brede waaier van verschillende benaderingen. Hoe integratieve oncologie er uitziet, hangt ook af van het land en de regio waarin u leeft. U kan centra voor integratieve kankerzorg aantreffen in universitaire ziekenhuizen, soms geïntegreerd in de kankerafdeling, soms in een apart gedeelte. In sommige landen wordt integratieve kankerzorg aangeboden in kleine privé-ziekenhuizen. Er zijn centra die eerder klassieke (conventionele) geneeskunde hanteren in combinatie met enkele complementaire therapieën. Andere centra stonden eerder bekend om hun niet-klassieke of complementaire aanpak en bieden nu klassieke behandelingen in combinatie met deze complementaire therapieën aan als integratieve kankerzorg. In de Verenigde Staten hebben veel kankercentra afdelingen voor integratieve kankerzorg en daarnaast bieden sommige privé-ziekenhuizen en stichtingen ook integratieve kankerzorg aan. In Europa bestaan er belangrijke verschillen tussen de diverse landen. In Duitsland en Zwitserland bijvoorbeeld huisvesten heel wat privé- en universitaire ziekenhuizen afdelingen voor integratieve kankerzorg. Daarentegen zijn dergelijke afdelingen in landen als Frankrijk, België en Groot-Brittannië eerder zeldzaam. Dat betekent niet dat er in de laatstgenoemde landen geen plaats is voor complementaire therapieën. Vele ziekenhuizen bieden wel complementaire behandelingen aan, maar de terminologie en de zichtbaarheid verschillen van landen als Duitsland en Zwitserland.



Tot nog toe zijn nationale of Europese kwaliteitscertificaten voor centra voor integratieve kankerzorg onbestaande. De naam “integratieve kankerzorg” kan door een ziekenhuis gebruikt worden zonder dat aan bepaalde kwaliteitscriteria moet worden voldaan. Ook bieden sommige centra integratieve kankerzorg aan zonder het woord “integratief” te gebruiken. Om die redenen en omwille van te nemen beslissingen omtrent uw behandeling, dient u altijd goed te informeren naar de kwaliteit van de aangeboden zorg. Vraag de hulpverleners in het centrum voor integratieve kankerzorg tijdens uw eerste afspraak naar de soorten behandelingen die zij aanbieden, zowel de klassieke als de niet-klassieke behandelingen. Wat gebruiken zij: soort behandeling, setting, frequentie? Wie past de behandeling toe? Vraag naar de professionele opleiding en bijkomende kwalificaties van de therapeut. Waarom wordt in uw geval een bepaalde behandeling voorgesteld? Wat is de oorsprong en de achtergrond van die behandeling? Welke klinische ervaringen in de kankerzorg kan men voorleggen? Bestaat er wetenschappelijk onderzoek of zijn er klinische studies* aan de gang? De informatie zal u helpen om beslissingen te nemen. Bovendien kunt u ook altijd naar een tweede opinie vragen.

Integratie betekent niet automatisch dat alle behandelingen die in een centrum voor integratieve kankerzorg aangeboden worden behoren tot de officiële (en terugbetaalde) diensten van het ziekenhuis. Niet-klassieke behandelingen worden vaak niet vergoed door zorgverzekeraars, zelfs wanneer zij in integratieve centra toegepast worden. Centra voor integratieve kankerzorg bieden soms (gedeeltelijke) terugbetaling aan via stichtingen die aan het centrum verbonden zijn. Er bestaan grote verschillen tussen landen.

Communicatie over het gebruik van complementaire therapieën is vaak eenvoudiger in centra voor integratieve kankerzorg dan in een klassiek ziekenhuis. De oncologen in integratieve centra vragen hun patiënten zelf naar het gebruik van complementaire behandelingen. Daardoor zijn patiënten geneigd meer details te geven over dat gebruik (binnen en buiten het centrum voor integratieve kankerzorg) aan hun oncoloog. Die informatie is erg belangrijk omdat de oncoloog u kan wijzen op wisselwerkingen tussen complementaire en klassieke behandelingen (bv. de wisselwerking tussen Sint-Janskruid en sommige chemotherapeutische behandelingen).



DEFINITIE VAN MIND-BODY GENEESKUNDE

Dit begrip wordt gebruikt voor alle vormen van therapie die gericht zijn op de wisselwerking tussen geest (aandacht, denkvermogen, bewustzijn) en lichaam. Hiermee bedoelt men technieken die de vaardigheden van onze geest stimuleren om lichamelijke functies en symptomen te beïnvloeden. In die context moeten twee bijkomende termen worden uitgelegd: psycho-neuro-immunologie en psycho-neuro-endocrinologie.

Psycho-neuro-immunologie (PNI) omvat de kennis over de wisselwerking tussen geest, brein en immuun- of afweersysteem. Psycho-neuro-endocrinologie gaat over de wisselwerking tussen geest, brein en hormonaal systeem. In feite bestaan tussen al deze systemen complexe wisselwerkingen.

De communicatieprocessen tussen lichaam en geest kunnen niet verklaard worden aan de hand van eenvoudige oorzaak-effect relaties. Ons innerlijk evenwicht wordt immers door zeer veel factoren beïnvloed. Binnen in ons bevindt zich een groot communicatienetwerk waarover nog weinig wetenschappelijk onderzoek bestaat. Dat onderzoek staat nog in de kinderschoenen: het spitst zich toe op het zoeken naar geschikte manieren om het onzichtbare (onze 'geest') zichtbaar te maken. Mogelijke pistes zijn beelden van de hersenen, hormonale veranderingen in kaart brengen en analyse van bepaalde bloedcellen.

Voor u is het belangrijk te beseffen dat u, dankzij deze complexe met elkaar verweven systemen, de mogelijkheid heeft u actief in te zetten voor uw genezingsproces. Kiezen voor een therapie die deze systemen kan beïnvloeden (zoals aandachtsgebaseerde klinische interventies, ontspanningstechnieken, geleide imaginatie, meditatie) kan uw levenskwaliteit verbeteren.

De diagnose kanker veroorzaakt stress en ieder hanteert die anders. Leren omgaan met langdurige stress is heel belangrijk, in het bijzonder voor u als patiënt, maar ook voor uw zorgende familieleden. Een behandeling kan op zich ook heel wat stress met zich meebrengen. Een manier vinden die u toelaat rustiger te worden, verbetert uw levenskwaliteit.

Een brede waaier van mogelijke therapieën beweren het immuunsysteem te stimuleren op uiteenlopende manieren. Het is niet simpel uit te maken welke behandeling voor u goed werkt. De hamvraag is: voelt u zich goed bij deze therapie? U bent de enige die dat kan weten. Vraag andere patiënten naar hun ervaringen met een bepaalde therapie. Zij kunnen u tips geven die u helpen om uw vragen te formuleren aan de hulpverlener.

Met geest-lichaam benaderingen in een brede zin komen we ook op het terrein van genezers of 'healers'. Ze kunnen zowel een traditionele achtergrond hebben (bv. Afrikaans, Indisch, Indiaans) als individueel werken zonder tot een oude spirituele traditie te behoren. Het effect van zo'n therapie is enerzijds afhankelijk van de vaardigheden en integriteit van de therapeut en anderzijds van de ontvankelijkheid van de patiënt. U dient te weten dat er nauwelijks wetenschappelijk onderzoek bestaat over de werkzaamheid van behandelingen door genezers / "healers".



WOORDENLIJST

Klinische studies

Onderzoeken die testen hoe goed een nieuwe medische aanpak bij de mens werkt. Deze studies testen nieuwe screening-, preventie-, diagnose- of behandelingsmethoden voor een bepaalde ziekte.