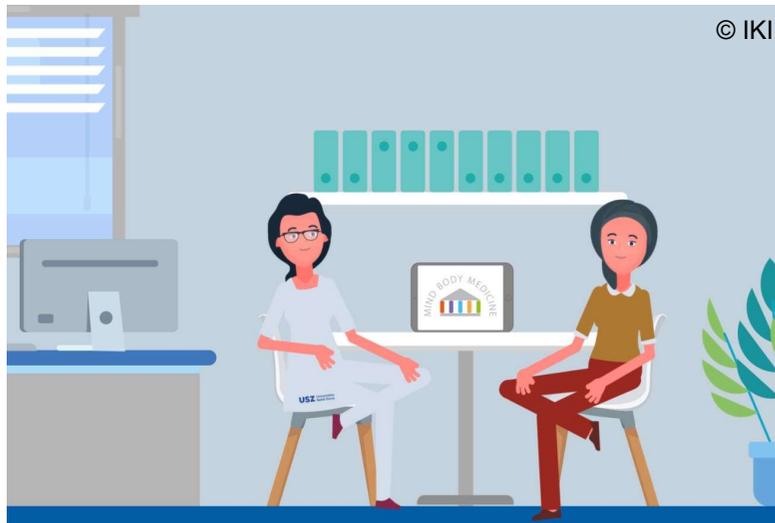


Komplementärmedizin bei Lymphomen: wissenschaftlich basierte Empfehlungen



Claudia M. Witt, MD, MBA

Professor and Chair
Institute for Complementary and Integrative Medicine
University of Zurich and University Hospital Zurich

Cochrane Complementary Medicine Switzerland

Professor
Center for Integrative Medicine
University of Maryland School of Medicine



Institute for Social Medicine, Epidemiology
and Health Economics
Charité Universitätsmedizin Berlin



Was kann Komplementärmedizin?

Symptome der Krebserkrankung reduzieren

Nebenwirkungen der onkologischen Therapien reduzieren

Lebensqualität verbessern

Selbstwirksamkeit steigern

Integrative Onkologie

German Version: Integrative Onkologie ist ein **patientenzentriertes, evidenzinformiertes** Gebiet der Krebstherapie, das Mind-Body-Verfahren, natürliche Produkte und/oder Lebensstil-Änderungen aus unterschiedlichen Traditionen **begleitend** zu den konventionellen Krebstherapien einsetzt.

Die Integrative Onkologie versucht, Gesundheit, Lebensqualität und klinische Outcomes über den Behandlungsverlauf hinweg zu optimieren und Menschen zu befähigen, Krebs vorzubeugen und **zu aktiven Teilnehmenden vor und während der Krebsbehandlung, sowie über diese hinaus zu werden.**



Drei Säulen der Evidenzbasierten Medizin

patientenzentriert



Werte und
Wünsche
Patienten

Klinische
Expertise
Behandler

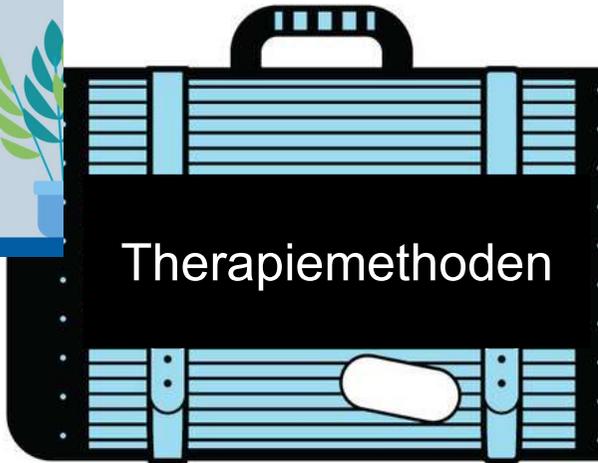
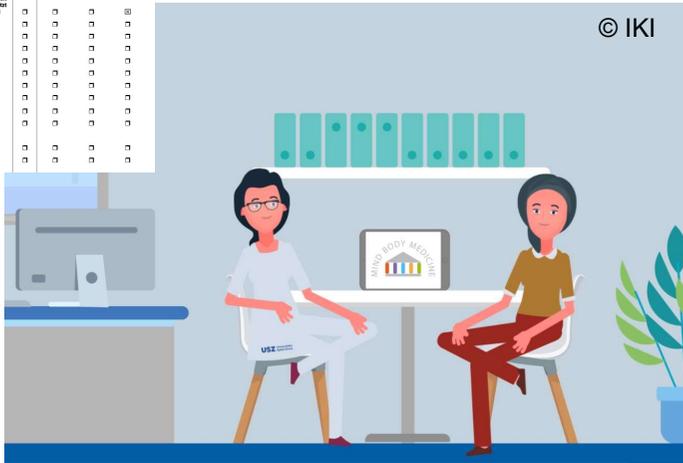
Klinische
Studien

Vorerfahrungen, Präferenzen, Überzeugungen

Vorerfahrungen, Präferenzen, Therapien

1. Für eine bessere Vorbereitung auf das kommende Gespräch würde ich Sie bitten, bis zum Gesprächstermin Angaben zur Einnahme bzw. geplanten Nutzung von komplementärmedizinischen Verfahren zu machen. Bitte bringen Sie diesen ausgefüllten Fragebogen zum Termin mit. (Hilfsmittel können aber möglich)

Verfahren	Plane ich, in der Zukunft zu nutzen	Habe ich in der Vergangenheit genutzt	Nutze ich aktuell	Beurteilung der Wirkung (falls bereits genutzt)		
				positiv	neutral	negativ
Akupunktur/Massage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Anthroposophische Medizin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chinesische Kräuter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Herbaltherapie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Chiropraktik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Massage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
andere Pflanzentherapie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Qi Gong/Tai Chi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yoga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Entspannungsverfahren:						
Autogenes Training	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Progressive Muskelrelaxation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



©
publicdomainvectors.org

USZ Universitäts
Spital Zürich



publiziert bei: **AWMF online**
Das Portal der wissenschaftlichen Medizin

Leitlinienprogramm
Onkologie

S3-Leitlinie Komplementärmedizin in der Behandlung von onkologischen PatientInnen

Kurzversion 1.0 – Juli 2021
AWMF-Registernummer: 032/055OL

Leitlinie (Kurzversion)

DKG
DEUTSCHE KREBSGESELLSCHAFT

Deutsche Krebshilfe
HELFEN FORSCHEN INFORMIEREN

AWMF

An aerial night photograph of a university campus. The buildings are illuminated from within, showing a grid of windows. A large blue semi-transparent overlay covers the left side of the image, containing white text. The background shows a mix of modern and older architectural styles, with trees and streetlights visible.

Nahrungs-
Ergänzungsmittel

Pflanzentherapeutika

Phytotherapeutika

Ginseng

Endpunkt	Empfehlungs-stärke	Patienten	Kontext/Anmerkung
Fatigue	Kann	Onkologische Patienten	

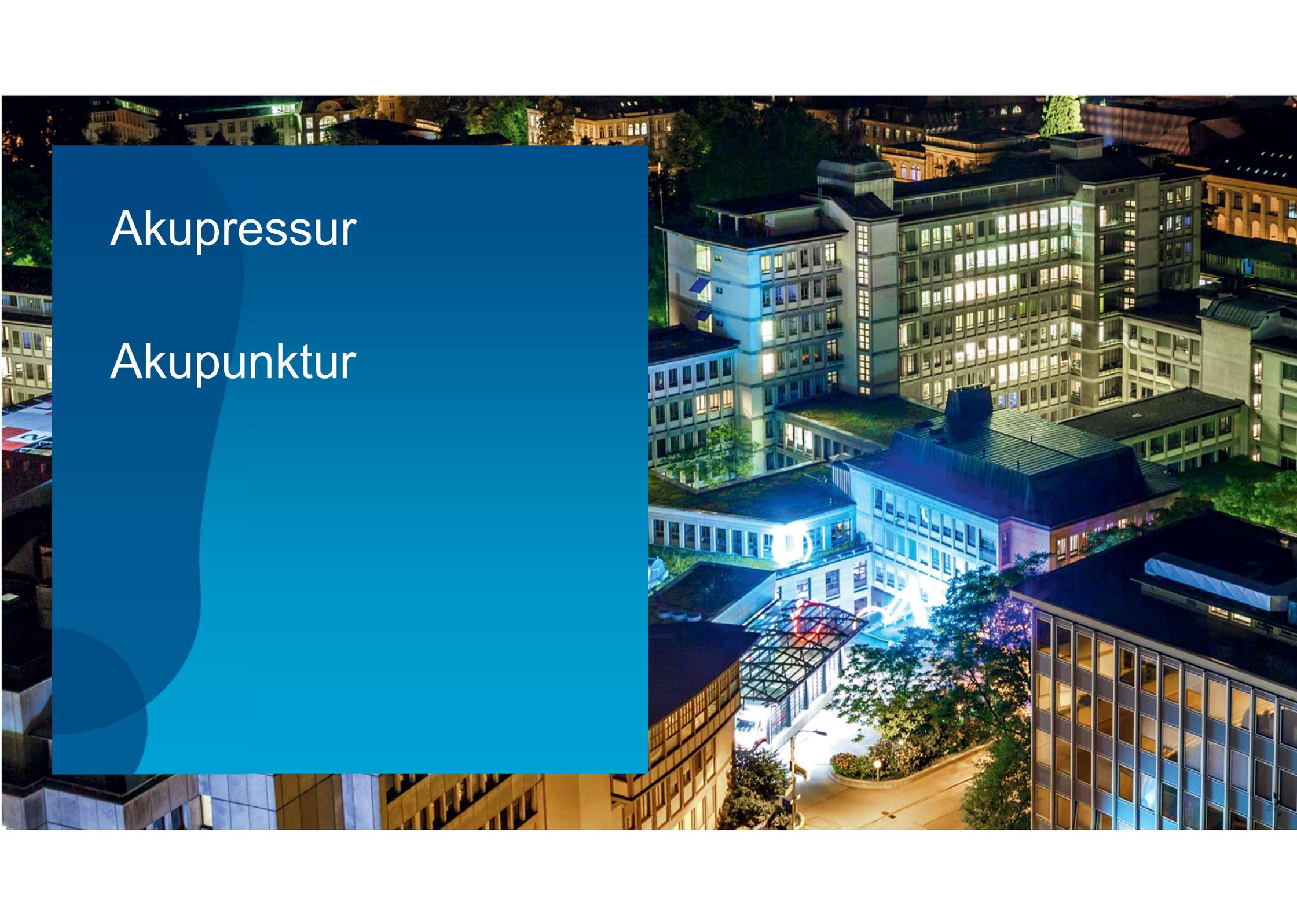
Sollte nicht

Vitamin E bei Mukositis durch Chemotherapie

Ingwer

Endpunkt	Empfehlungs-stärke	Patienten	Kontext/Anmerkung
Übelkeit & Erbrechen (Chemotherapienduziert)	Kann	onkologische Patienten	zusätzlich zur leitliniengerechten Antiemese

Guarana bei Fatigue durch Chemotherapie

An aerial night photograph of a university campus. The buildings are illuminated from within, showing a grid of windows. A large, semi-transparent blue overlay covers the left side of the image, containing white text. The background shows a mix of modern and older architectural styles, with trees and a street visible in the lower part of the frame.

Akupressur

Akupunktur

11.2.1.1. Akupressur

Endpunkt	Empfehlungsstärke	Patienten	Kontext/ Anmerkung
Fatigue	Kann	Onkologische Patienten	
(Tumor-) Schmerz	Kann	Patienten mit Tumorschmerzen	Intervention: Ohr-Akupressur
Übelkeit & Erbrechen (Chemo- oder Radiotherapie-induziert)	Kann	onkologische Patienten	

Selbstakupressur (zusätzlich zur Antiemese)

Übelkeit & Erbrechen

Einführung durch Health Professional

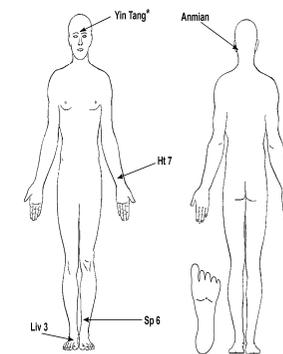


Der Akupunkturpunkt P6 liegt 3 Querfinger breit oberhalb der Handgelenks-Beugefalte zwischen den Muskelsehnen der Beugermuskeln.

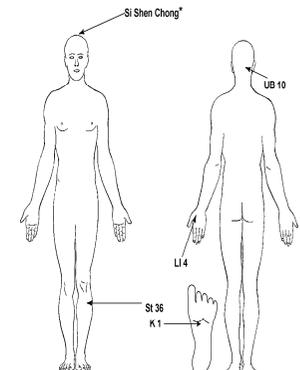
Fatigue

Einführung durch Health Professional

Relaxing



Stimulating



Zick et al JAMA Oncol 2016

Akupunktur bei onkologischen Patient*innen

	Empfehlung	Phase
Tumorschmerz	Sollte	
Neuropathische Schmerzen	Kann	
Fatigue	Kann	
Ein- und Durchschlafstörungen	Kann	
Menopausale Hitzewallungen	Kann	
Lebensqualität	Kann	
Xerostomie	Kann	nach adjuvanter Radiotherapie
Übelkeit und Erbrechen	Kann	Chemotherapie-induziert (platinbasiert)
Übelkeit und Erbrechen	Kann NICHT	während Radiotherapie



Mind-Body-Medizin

Sport / Bewegung

MBSR

Tai Chi / Qigong

Yoga

6.7. Sport/ Bewegung

6.16.	Konsensbasierte Empfehlung
EK	<p>Onkologischen Patienten soll körperliche Aktivität unter und nach Abschluss der Krebstherapie empfohlen werden. Insbesondere wird empfohlen</p> <p>a) körperliche Inaktivität zu vermeiden.</p> <p>b) das Ziel mindestens 150 min moderater oder 75 min anstrengender körperlicher Aktivität pro Woche so früh wie möglich nach der Diagnose wieder zu erreichen oder aufrechtzuerhalten.</p>
	Starker Konsens

6.17.	Konsensbasierte Empfehlung
EK	<p>Onkologische Patienten sollen zum Erhalt der motorischen Hauptfähigkeiten eine Trainingsanleitung mit folgenden Elementen erhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining • Krafttraining • Koordinationstraining • Beweglichkeitstraining
	Konsens

11.2.1.8. Körperliche Aktivität und Sport

Endpunkt	Empfehlungsstärke
Fatigue	Soll
Lebensqualität	Soll

MBSR / Achtsamkeit

Symptom	Empfehlung	Details
Depressivität	Kann	MBSR
Ein- und Durchschlafstörung	Kann	MBSR
Stress	Kann	Achtsamkeitsbasierte Atemtechniken
Fatigue	Kann	MBSR nach adjuvanter Therapie
Lebensqualität	Kann	MBSR

Yoga / Qigong

Symptom	Empfehlung	Details
Fatigue	Sollte	Tai Chi / Qigong / Yoga
Ein- und Durchschlafstörung	Sollte	Tai Chi / Qigong
Depressivität	Kann	Tai Chi / Qigong
Lebensqualität	Kann	Tai Chi / Qigong

An aerial night photograph of a university campus, likely the University of Zurich, showing several large, multi-story buildings with illuminated windows. A prominent blue semi-transparent overlay covers the left side of the image, containing white text. The text lists various therapeutic fields: Manipulative Therapien, Osteopathie, Chirotherapie, Massage, and Bioenergiefeld.

Manipulative Therapien
Osteopathie
Chirotherapie
Massage
Bioenergiefeld

Chirotherapie / Osteopathie / Hyperthermie / Massage / Biofeldtherapie

	Empfehlung
Chirotherapie / Osteopathie	Bei Pat mit geringer Knochenstabilität wird von manipulativen und Impulstechniken abgeraten
Hyperthermie (Elektro und Ganzkörper)	Nicht ausserhalb von Studien

Sollte nicht

Intervention	Endpunkt	Patienten
Bioenergiefeld-Therapien (Reiki, Handauflegen)	Angst/ Ängstlichkeit Depressivität Fatigue Lebensqualität Schmerz Übelkeit	Onkologische Patienten

Kriterien für seriöse Anbieter*innen

Die Anbieterin/der Anbieter sollte:

- 1 Ihre Diagnose und die bisherige Behandlung erfragen.
- 2 Bereit sein, mit Ihnen über mögliche Wechselwirkungen zwischen der komplementärmedizinischen Behandlung und Ihrer Krebstherapie zu sprechen.
- 3 Ihnen erklären, warum speziell diese komplementärmedizinische Behandlung für Sie empfehlenswert ist.
- 4 Ihnen die Möglichkeiten und Grenzen dieser Behandlung realistisch und verständlich darstellen und bereit sein, bisherige Erfahrungen mit diesem Verfahren darzulegen sowie gesicherte Daten zu vermitteln.
- 5 Mit Ihnen Ziele, Inhalte, Dauer und Kosten der geplanten Behandlung und Änderungen im Verlauf sowie Wege zur möglichen Erstattung besprechen.
- 6 Ihnen eine angemessene Bedenkzeit einräumen und Ihnen ermöglichen, sich frei für oder gegen die vorgeschlagene Behandlung zu entscheiden.

- 7 Ihre Entscheidung für oder gegen eine komplementärmedizinische Behandlung respektieren.
- 8 Ihnen eine nachvollziehbare Rechnung für die Behandlung vorlegen.

Es sind noch andere Aspekte wichtig, jedoch sind diese schwieriger zu überprüfen. Falls Sie dies über die Anbieterin/den Anbieter wissen möchten, müssten Sie es erfragen:

1. Es wurde eine Fachausbildung (oder ein spezielles Studium) mit regulierter Länge abgeschlossen und es werden nur Behandlungsmethoden angewendet, die erlernt wurden und aktuell beherrscht werden.
2. Es werden regelmäßig Fort- und Weiterbildungen besucht.
3. Es bestehen mind. 2 Jahre Erfahrung in der Behandlung von Krebspatientinnen und -patienten bzw. mit an Krebs erkrankten Kindern.

Patient Preference and Adherence

Dovepress

open access to scientific and medical research

Open Access Full Text Article

ORIGINAL RESEARCH

Defining Criteria for Guiding Cancer Patients to Find a Reputable Complementary Medicine Provider: Results of a Literature Review and a Consensus Procedure

This article was published in the following Dove Press journal:
Patient Preference and Adherence

Alisa A Rogge,¹ Isabel Baur,¹ Gabriele Bretner,² Ulrike Holtschamp,⁴ Markus Horvath,³ Patrick Jahn,⁴ Stefanie Joss,⁵ Silja Kaberle,⁶ Anita Katschberger,⁷ David Kämpfer,⁸ Alfred Längler,⁹ Petra Voth,^{10,11} Joachim Weis,¹² Claudia H Witt.^{13,14}

¹Institute for Social Medicine, Epidemiology and Health Economics, Charité – Universitätsmedizin Berlin, alisa.rogge@charite.de

Purpose: Even in cases of positive evidence for complementary medicine (CM) therapies, it is still difficult for cancer patients to identify reputable providers. The aim of this study was to develop and evaluate a criteria list to provide guidance to cancer patients seeking a reputable CM provider.
Methods: The design combined a literature review, an expert consensus procedure (n=15) and an assessment from three stakeholder perspectives (patients (n=18), CM providers (n=20) and oncology physicians (n=20)).

www.iki.usz.ch/forschung/Seiten/kokon-kto.aspx

www.mbm-usz.ch/entspannung/krebs

Scannen Sie den QR-Code, um zur Website mit den Übungen zu gelangen.



Mind Body Medicine
Individuelle Angebote des Instituts für komplementäre und integrative Medizin, USZ

Entspannungsübungen bei Krebs

Hier finden Sie eine Auswahl von Entspannungsübungen, die bei Krebs geeignet sein können. Wählen Sie selbst aus, welche der Übungen Ihnen besonders zusagt. Unsere **Auswahlhilfe** kann Sie dabei unterstützen.

Problemen Sie auch aus, ob Sie besser mit einem männlichen Sprecher oder einer weiblichen Sprecherin entspannen können. Sie können jede der Übungen durch einen Klick auf den Download-Link auch herunterladen und damit offline verfügbar machen.

Vorsicht: Personen mit psychiatrischen Erkrankungen sollten die Übungen nicht selbstständig durchführen.

Hintergrundinformationen zu Entspannungsübungen bei Krebs

Guided Imagery

Bei der **Guided Imagery** (geleitete Imagination) fokussiert die übende Person in Gedanken auf angenehme, positive Bilder, die in der Übung angeregt werden. Die geleitete Imagination kann helfen, einen entspannten Zustand zu erreichen, Stress zu reduzieren und ein Gefühl des Wohlbefindens zu vermitteln.

Diese Übung dauert ca. 15 Minuten.

Anhören Download

Anhören Download

Weitere Audio-Versionen dieser Übung

Entspannungsübungen

Fazit

Es ist ein zusätzliches Angebot
Es gibt wirksame Verfahren



Komplementärmedizin am
USZ? Das hätte ich nicht
erwartet. Gut, dass das USZ
den Menschen als Ganzes
sieht.

Wir wissen weiter.
[usz.ch/komplementaermedizin](https://www.usz.ch/komplementaermedizin)

USZ Universitäts
Spital Zürich