

# THEMA: TCM

## Acupunctuur tegen vermoeidheid na kanker

*Studies onderbouwen werkzaamheid*

**De vermoeidheid die bij veel kankerpatiënten tijdens of na de behandeling toeslaat is anders dan gewone vermoeidheid. Hij is diffuser, strekt zich uit tot elke levenssfeer - en reageert niet of nauwelijks op rust of slaap. Maar gelukkig wel op acupunctuur, aldus dr. Gary Deng van het Memorial Sloan Kettering Cancer Center.**

Eén van de meest voorkomende symptomen die kankerpatiënten rapporteren is vermoeidheid. In studies loopt het percentage van de patiënten tijdens de behandeling met chemokuren, bestraling, immuuntherapie of antihormonen dat melding maakt van vermoeidheid op tot 90 procent. Daarnaast blijft 30 procent van alle kankerpatiënten, als de behandeling is voltooid, last houden van vermoeidheid.<sup>1</sup>

De vermoeidheid bij kanker, benadrukken oncologen, is van een andere orde dan de vermoeidheid die gezonde mensen ervaren. Het is vaak een extreme vermoeidheid, die niet verdwijnt of vermindert door rust of slaap, en die het gevolg is van vermoeiende activiteit. Het is een vermoeidheid die zowel lichamelijk als geestelijk van aard kan zijn, en vaak patiënten niet alleen kluistert aan hun bed of stoel, maar ook concentreren, herinneren of nieuwe informatie opnemen bemoeilijkt.

### Acupunctuur is een optie

“Er is geen goede reguliere behandeling tegen kankerge relateerde vermoeidheid”, vertelde de Amerikaanse arts Gary Deng, als specialist Integratieve Geneeskunde verbonden aan het Memorial Sloan Kettering Cancer Center in New York, op 4 februari 2017 tijdens het door Supplement/OncoZorg georganiseerde congres *Medische acupunctuur en de oncologische patiënt* in Ede. “Daarom staat de American Society for Clinical Oncology, een organisatie voor oncologen, open voor complementaire behandelingen als yoga en acupunctuur.”

Deng weet uit ervaring dat sommige kankerpatiënten hun vermoeidheidsklachten willen bestrijden met kruidenextracten met een stimulerende werking, zoals *Rhodiola rosea*, *Panax ginseng*, *Withania somnifera* (*Ashwagandha*) en *Astragalus membranaceus*. Oncologen ontraden die experimenten echter, omdat er aanwijzingen zijn dat deze extracten de effecten van medica-



### Acupunctuur tegen vermoeidheid na kanker



tie ondergraven of de bijwerkingen van medicijnen kunnen versterken.

“Aan acupunctuur daarentegen kleven die mogelijke negatieve effecten niet”, vertelde Deng. “Bovendien zijn er in wetenschappelijke tijdschriften 7 gerandomiseerde onderzoeken met een controlegroep (RCT) verschenen naar de effectiviteit van acupunctuur tegen vermoeidheid. In 4 van die RCT’s bleek acupunctuur effectief.”

#### Drie trials

In één van die RCT’s, uitgevoerd door onderzoekers van de universiteit van Manchester in Engeland, kregen 227 vrouwen met borstkanker gedurende 6

weken, naast hun reguliere standaardbehandeling, 1 keer per week een acupunctuurbehandeling van 20 minuten.<sup>2</sup> Vergeleken met een controlegroep die alleen de standaardbehandeling kreeg, rapporteerden de vrouwen in de acupunctuurgroep toen de 6 weken voorbij waren significant minder bezorgdheid en angst, minder somberte en depressie en minder vermoeidheid. Bovendien gaven de vrouwen aan dat hun kwaliteit van leven was verbeterd.

Dezelfde onderzoekers publiceerden in 2007 een kleine RCT die in ieder geval op dat punt dichterbij de praktijk staat.<sup>3</sup> In die trial kregen 15 kankerpatiënten na hun laatste chemokuur in een periode

# THEMA: TCM

## De benadering in grote lijnen

1. Probeer de constitutie van de patiënt te versterken.
2. Veelgebruikte punten zijn ST36, SP6, KI3, CV4 en CV6
3. De behandeling kan in elke fase beginnen. Wachten tot na de chemokuren is bijvoorbeeld niet nodig.
4. Meestal is één behandeling per week voldoende prima.
5. Als de vermoeidheid chronisch is, zal de behandeling meerdere weken moeten duren.

van 2 weken 6 acupunctuurbehandelingen van elk 20 minuten. Een vergelijkbare andere groep patiënten behandelde zichzelf met acupressuur, en een derde groep patiënten behandelde zichzelf met een ineffectieve, voor dit onderzoek bedachte versie van acupressuur. Toen de 2 weken voorbij waren, rapporteerden de patiënten in de acupunctuurgroep 35 procent minder vermoeidheid. Bij de patiënten in de acupressuur- en namaacupressuurgroep was de afname respectievelijk 19 en 0,6 procent.

In een kleine Australische RCT, uitgevoerd door onderzoekers van de universiteit van Western Sydney, kregen vrouwen met borstkanker gedurende 8 weken acupunctuurbehandelingen.<sup>4</sup> De eerste weken kregen de vrouwen meerdere sessies per week, daarna verminderde de frequentie. Vergelijkbare vrouwen in controlegroepen kre-

gen een placebobehandeling of geen enkele behandeling. Na 2 weken waren de vrouwen in de acupunctuurgroep significant minder vermoeid.

## Metastudie

Tegenover de succesvolle trials zijn echter ook een paar RCT's met minder mooie resultaten. Om die reden, en omdat er methodologisch wel het één en ander op de RCT's is aan te merken, concluderen metastudies en reviews nog niet dat het bewijs voor de werkzaamheid van acupunctuur bij kanker is geleverd.<sup>5</sup>

“Al met al is de wetenschappelijk onderbouwing van acupunctuur bij kankergerelateerde vermoeidheid niet goed, maar wel redelijk”, concludeerde Deng. “Hij is nog niet honderd procent overtuigend. Maar dat komt misschien nog.”

## Integrale aanpak

Het is niet precies bekend waardoor de extreme vermoeidheid bij kanker ontstaat. Een theorie is dat door de ziekte zelf, en door de behandeling, de werking van neurotransmitters en hormonen verstoord raakt. Een andere theorie, die de eerstgenoemde theorie overigens niet uitsluit, is dat bij kanker en de bestrijding daarvan de cellen van het lichaam een overmaat aan ontstekingseiwitten aanmaken. Die ontstekingsfactoren veroorzaken de vermoeidheid. “Het is een



mogelijkheid dat acupunctuur hormonen, neurotransmitters en ontstekingsfactoren weer in evenwicht brengt”, zei Deng. “Maar dat is speculatie.”

Niet speculatief is dat vermoeidheid bij kanker ook andere, meer prozaïsche oorzaken heeft. Veel kankerpatiënten slapen slecht, eten ongezond en bewegen onvoldoende. Vaak hebben ze een slechte conditie, en soms zijn ze depressief. Daarnaast kan die vermoeidheid een gevolg zijn van door medicatie veroorzaakte bloedarmoede, hormonale veranderingen of schade aan de harten en bloedvaten.

Het multifactoriële karakter van vermoeidheid impliceert dat behandelaars eerst mogelijke medische oorzaken van vermoeidheid moeten elimineren, en vervolgens moeten kiezen voor een op

maat gesneden multimodale aanpak – waarvan acupunctuur deel kan uitmaken. Een verbetering van de leefstijl, bijvoorbeeld door een vervanging van junkfood door volwaardige en gezonde voeding met meer vitamines en mineralen, meer beweging, ontspanningsoefeningen en acupunctuur kunnen allemaal ertoe bijdragen dat kankerpatiënten beter slapen, zich beter voelen en minder vermoeid zijn.

“Cruciaal in dat proces is de motivatie van kankerpatiënten”, besloot Deng. “Patiënten zullen zich moeten gaan beseffen dat ze veel voor zichzelf kunnen doen. Zonder dat besef zal vrijwel alles mislukken. Maar als dat besef er wèl is, dan is er heel veel mogelijk.” ∞

# Referenties

---

- aloesin derivatives in Aloe vera. *Planta medica*. 2002 Nov;68(11):957-60.
- ∞ Pugh N, Ross SA, ElSohly MA, Pasco DS. Characterization of Aloeride, a new high-molecular-weight polysaccharide from Aloe vera with potent immunostimulatory activity. *J Agric Food Chem*. 2001 Feb;49(2):1030-4.
  - ∞ Lee KH, Kim JH, Lim DS, Kim CH. Anti-leukaemic and anti-mutagenic effects of di(2-ethylhexyl)phthalate isolated from Aloe vera Linne. *J Pharm Pharmacol*. 2000 May;52(5):593-8.
  - ∞ Luo J, Yuan Y, Chang P, et al. Combination of aloe-emodin with radiation enhances radiation effects and improves differentiation in human cervical cancer cells. *Mol Med Rep*. 2014 Aug;10(2):731-6.
  - ∞ Lissoni P, Rovelli F, Brivio F, et al. A randomized study of chemotherapy versus biochemotherapy with chemotherapy plus Aloe arborescens in patients with metastatic cancer. *In Vivo*. 2009 Jan-Feb;23(1):171-5.
  - ∞ Khorasani G, Hosseinimehr SJ, Azadbakht M, et al. Aloe versus silver sulfadiazine creams for second-degree burns: a randomized controlled study. *Surg Today*. 2009;39(7):587-91.
  - ∞ Choi HC, Kim SJ, Son KY, Oh BJ, Cho BL. Metabolic effects of aloe vera gel complex in obese prediabetics and early non-treated diabetic patients: randomized controlled trial. *Nutrition*. 2013 Sep;29(9):1110-4.
  - ∞ Suksomboon N, Poolsup N, Punthanitisarn S. Effect of Aloe vera on glycaemic control in prediabetes and type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis. *J Clin Pharm Ther*. 2016 Apr;41(2):180-8. doi: 10.1111/jcpt.12382. Epub 2016 Mar 23.
  - ∞ Worthington HV, Clarkson JE, Bryan G, et al. Interventions for preventing oral mucositis for patients with cancer receiving treatment. *Cochrane Database Syst Rev*. 2011 Apr 13;(4):CD000978.
  - ∞ Heggie S, Bryant GP, Tripcony L, et al. A Phase III study on the efficacy of topical aloe vera gel on irradiated breast tissue. *Cancer Nurs*. 2002 Dec;25(6):442-51.
  - ∞ Olsen DL, Raub W, Jr., Bradley C, et al. The effect of aloe vera gel/mild soap versus mild soap alone in preventing skin reactions in patients undergoing radiation therapy. *Oncology nursing forum*. 2001 Apr;28(3):543-7.
  - ∞ Hamman JH. Composition and applications of Aloe vera leaf gel. *Molecules*. 2008 Aug 8;13(8):1599-616. Review.
  - ∞ Byeon SW, Pelley RP, Ullrich SE, et al. Aloe barbadensis extracts reduce the production of interleukin-10 after exposure to ultraviolet radiation. *J Invest Dermatol*. 1998 May;110(5):811-7.
  - ∞ Wang ZW, Zhou JM, Huang ZS, et al. Aloe polysaccharides mediated radioprotective effect through the inhibition of apoptosis. *J Radiat Res*. 2004 Sep;45(3):447-54.
  - ∞ Kuo PL, Lin TC, Lin CC. The antiproliferative activity of aloe-emodin is through p53-dependent and p21-dependent apoptotic pathway in human hepatoma cell lines. *Life Sci*. 2002 Sep 6;71(16):1879-92.
  - ∞ Zhang L, Tizard IR. Activation of a mouse macrophage cell line by acemannan: the major carbohydrate fraction from Aloe vera gel. *Immunopharmacology*. 1996 Nov;35(2):119-28.
  - ∞ Lee JK, Lee MK, Yun YP, Kim Y, Kim JS, Kim YS, et al. Acemannan purified from Aloe vera induces phenotypic and functional maturation of immature dendritic cells. *Int Immunopharmacol*. 2001 Jul;1(7):1275-84.
  - ∞ Park CH, Nam DY, Son HU, et al. Polymer fraction of Aloe vera exhibits a protective activity on ethanol-induced gastric lesions. *Int J Mol Med*. 2011 Apr;27(4):511-8.
  - ∞ Pigatto PD, Guzzi G. Aloe linked to thyroid dysfunction. *Arch Med Res*. 2005 Sep-Oct;36(5):608.
  - ∞ Baretta Z, Ghiotto C, Marino D, Jirillo A. Aloe-induced hypokalemia in a patient with breast cancer during chemotherapy. *Ann Oncol* 2009 Aug;20(8):1445-6.
  - ∞ Yang HN, Kim DJ, Kim YM, et al. Aloe-induced toxic hepatitis. *J Korean Med Sci*. 2010 Mar;25(3):492-5.
  - ∞ Toxicology and Carcinogenesis Studies of a Nondecolorized Whole Leaf Extract of Aloe Barbadensis Miller (Aloe Vera) in F344/N Rats and B6C3F1 Mice. National Toxicology Program Technical Report. NIH Publication No. 11-591.
  - ∞ Djuv A, Nilsen OG. Aloe Vera Juice: IC(50) and Dual Mechanistic Inhibition of CYP3A4 and CYP2D6. *Phytother Res*. 2012 Mar;26(3):445-51.
- ## Acupunctuur tegen vermoeidheid na kanker (pagina 24)
- ∞ 1. Berger AM Mitchell SA, Jacobsen PB, Pirl WF. Screening, evaluation, and management of cancer-related fatigue: Ready for implementation to practice? *CA Cancer J Clin*. 2015 May-Jun;65(3):190-211.

- ∞ 2. Molassiotis A, Bardy J, Finnegan-John J, Mackereth P, Ryder DW, Filshie J, Ream E, Richardson A. Acupuncture for cancer-related fatigue in patients with breast cancer: a pragmatic randomized controlled trial. *J Clin Oncol.* 2012 Dec 20;30(36):4470-6.
- ∞ 3. Molassiotis A, Sylt P, Diggins H. The management of cancer-related fatigue after chemotherapy with acupuncture and acupressure: a randomised controlled trial. *Complement Ther Med.* 2007 Dec;15(4):228-37.
- ∞ 4. Smith C, Carmady B, Thornton C, Perz J, Ussher JM. The effect of acupuncture on post-cancer fatigue and well-being for women recovering from breast cancer: a pilot randomised controlled trial. *Acupunct Med.* 2013 Mar;31(1):9-15.
- ∞ 5. Zeng Y, Luo T, Finnegan-John J, Cheng AS. Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials of Acupuncture for Cancer-Related Fatigue. *Integr Cancer Ther.* 2014 May;13(3):193-200.

### Qigong vergroot overlevingskansen bij longkanker (pagina 28)

- ∞ 1. Zeng Y, Luo T, Xie H, Huang M, Cheng AS. Health benefits of qigong or tai chi for cancer patients: a systematic review and meta-analyses. *Complement Ther Med.* 2014 Feb;22(1):173-86.
- ∞ 2. Kim S, Lee S, Kwon O, Park S, Seo J, Kim K. Qigong program on insomnia and stress in cancer patients: A case series report. *SAGE Open Med Case Rep.* 2015 Jan 14;3:2050313X14556408.
- ∞ 3. Liu W, Schaffer L, Herrs N, Chollet C, Taylor S. Improved sleep after Qigong exercise in breast cancer survivors: A pilot study. *Asia Pac J Oncol Nurs.* 2015 Oct-Dec;2(4):232-239.
- ∞ 4. Wu WJ, Wang SH, Ling W, Geng LJ, Zhang XX, Yu L, Chen J, Luo JX, Zhao HL. Morning breathing exercises prolong lifespan by improving hyperventilation in people living with respiratory cancer. *Medicine (Baltimore).* 2017 Jan;96(2):e5838.
- ∞ 5. Kunz M1, Ibrahim SM. Molecular responses to hypoxia in tumor cells. *Mol Cancer.* 2003 Apr 17;2:23.
- ∞ 6. Brizel DM, Scully SP, Harrelson JM, Layfield LJ, Bean JM, Prosnitz LR, Dewhirst MW. Tumor oxygenation predicts for the likelihood of distant metastases in human soft tissue sarcoma. *Cancer Res.* 1996 Mar 1;56(5):941-3.

### Yoga ondersteunt behandelijk borstkanker (pagina 30)

- ∞ 1. Cramer H, Lauche R, Klose P, Lange S, Langhorst J, Dobos GJ. Yoga for improving health-related quality of life, mental health and cancer-related symptoms in women diagnosed with breast cancer. *Cochrane Database Syst Rev.* 2017 Jan 3;1:CD010802.
- ∞ 2. Matsushita T, Oka T. A large-scale survey of adverse events experienced in yoga classes. *Biopsychosoc Med.* 2015 Mar 18;9:9.