

## Nebenwirkungen komplementärmedizinisch betreuen

# OPTIONEN BEI CHEMOTHERAPIE ODER ZIELGERICHTETER THERAPIE

*Die Nebenwirkungen moderner Krebstherapien schränken die Lebensqualität teilweise erheblich ein. Komplementärmedizinische Ansätze können bei der Therapie dieser Nebenwirkungen eine wichtige Rolle spielen.*

**Dr. med. Bernhard Ost**

§ Gerade im onkologischen Bereich ist die Komplementärmedizin ein bisschen wie der Wilde Westen. Neben bewährten Therapeutika gibt es jede Menge fragwürdiger und sogar schädlicher Alternativpräparate, die im Internet angeboten werden. Umso wichtiger ist für onkologisch tätige Ärzte eine entsprechende Beratungskompetenz durch einen umfassenden komplementärmedizinischen und alternativen Kenntnisstand (Kurse z.B. bei NATUM, siehe Kasten). Sinnvoll ist es in diesem Zusammenhang sicher auch, sich mit dem Vorgehen des National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH) in den USA auseinanderzusetzen.<sup>1</sup> Diese Behörde sieht ihre Aufgabe darin, durch wissenschaftliche Untersuchungen die Nützlichkeit und Sicherheit komplementärmedizinischer Interventionen zu prüfen. Das NCCIH plant, aussichtsreiche Methoden aus dem Gebiet der komplementären Medizin auszuwählen und diese entsprechend den eigenen Vorgaben rigoros zu testen, damit sie im Fall des positiven Abschneidens Teil der klassischen Medizin werden.<sup>1</sup>

Um das Bedürfnis von Patienten nach natürlicher und sanfter Medizin zu bedienen, muss man aber

nicht die Prüfungen des NCCIH abwarten. Die Komplementärmedizin ist eine ideale Option zur Therapie einer Reihe von Nebenwirkungen, die wir hier darstellen.

### Übelkeit und Erbrechen

Übelkeit und Erbrechen lassen sich effektiv mit Ingwerwasser (ggf. auch Ingwertabletten oder -kapseln) behandeln. Das bestätigte auch eine Metaanalyse von 2015 über 9 Studien und 7 Übersichtsarbeiten.<sup>2</sup> Der antiemetische Inhaltsstoff ist das 6-Gingerol. Die Patienten sollten schon vor der Chemotherapie mit der täglichen Einnahme von Ingwerwasser beginnen, dessen Zubereitung einfach ist: Eine ca. daumendicke Scheibe einer Ingwerwurzel wird gerieben und mit 1 Liter kochendem Wasser übergossen, 10 Minuten ziehen

.....  
**Erfolgversprechend bei Fatigue ist vor allem schrittweise zunehmende körperliche Aktivität.**  
 .....

lassen und durch ein Sieb geben, das Ganze dann über den Tag verteilt in größeren Portionen trinken. Ingwer hilft bei Übelkeiten unterschiedlicher Genese. Nebenbei ist Ingwerwasser auch blutdrucksenkend.

### Fatigue-Syndrom

Fatigue kann als Erstsymptom oder zu jedem Zeitpunkt einer Tumorerkrankung auftreten und hat als häufige Nebenwirkungen eine Prävalenz von 59%-96%.<sup>3</sup> Die Häufigkeit steigt mit Dauer und Intensität der Chemotherapie und ist oft auch

noch Jahre nach Abschluss einer zytostatischen Therapie nachweisbar. Erfolgversprechend bei Fatigue ist vor allem schrittweise zunehmende körperliche Aktivität. Das hilft dem Körper, Muskelmasse aufzubauen und sorgt für geregelten Schlaf.<sup>4</sup>

Eine weitere Therapieoption stellt Colostrum dar. Die Ergebnisse von Tierversuchen legen nahe, dass die Einnahme von Colostrum-Serum effektiv die zentrale Ermüdung durch erschöpfende Bewegung unterdrückt und möglicherweise die Unterbrechung des Immunsystems durch die Unterdrückung des zentralen serotonergen Systems lindert – was wiederum positive Auswirkungen auf das soziale Leben der Patientinnen haben kann.<sup>5</sup>

Auch in einer weiteren Studie mit Marathonläufern konnten positive Effekte auf Immunglobuline, Cortisolspiegel, CK und LDH festgestellt werden.<sup>6</sup> Bei den Colostrum-Präparaten ist allerdings wichtig, dass es sich um Colostrum (meist Rindercolostrum) der ersten 2 Tage handelt, weil bereits am 3. Tag postpartal sämtliche Grundimmunglobuline und gut ein Drittel aller ursprünglich vorhandenen immunkompetenten Inhaltsstoffe nicht mehr vorhanden sind.

### Haut- und Schleimhaut-Erkrankungen

Haut und Schleimhaut-Erkrankungen sind bei allen schulmedizinischen Primärtherapien wie Chemotherapie, Targeted Therapy und Radiatio häufig. Die Haut enthält besonders teilungsaktive Zellen, deren Proliferation durch die Krebstherapie inhibiert wird. Die Haut kann nicht mehr wie gewohnt regenerieren und Hautschäden nehmen zu.



### DER AUTOR

.....  
**Dr. med. Bernhard Ost**  
**1. Vorsitzender NATUM e.V.,**  
**komplementärmedizinisch-**  
**onkologische**  
**Schwerpunktpraxis**  
**Lindemannstraße 3**  
**40237 Düsseldorf**  
**berndost.gyn@gmail.com**

Eine Schlüsselfunktion bei den Hautreaktionen kommt der Mastzell-Aktivierung zu. Mastzellen sind keine zirkulierenden Abwehrzellen, sondern in Haut und Schleimhaut lokal sesshaft. Im Normalfall sondern die Mastzellen bedarfsadaptiert bestimmte Mengen Granula ab, die verschiedene Zytokine und Histamin freisetzen. Ist jedoch die Wirkung auf die Haut und Schleimhäute zu stark, kommt es zu einer vollständigen Degranulation der Mastzellen und einer Überreaktion an Haut und Schleimhäuten.<sup>7</sup>

Reguliert wird die Mastzell-Aktivität durch das körpereigene Endocannabinoid PEA (Palmitoylethanolamid). Ist diese Regulation durch äußere Eingriffe wie eine Chemotherapie außer Kontrolle geraten, kommt der Körper häufig mit der Produktion von PEA nicht mehr nach. Schwere Haut- und Schleimhautveränderungen können die Folge sein. Daher sollte PEA zugefügt werden, auf dem Markt sind verschiedene PEA Präparate zur topischen Anwendung. Auch periphere Neuropathien wie das Hand-Fuß-Syndrom unterliegen diesem Mechanismus und können frühzeitig erfolgreich behandelt werden. Die zusätzliche Gabe von B-Vitaminen, kann diese Therapie komplettieren. Verschiedene Studien belegen die Wirksamkeit von Cannabinoiden bei peripheren Nervenschädigungen.<sup>8-10</sup>

### Arthralgie

Auch orale proteolytische Enzyme spielen in der gynäkologisch-onkologischen Komplementärmedizin eine Rolle: Zum einen, indem sie Adhäsionsmoleküle lysieren und somit Metastasierungsprozesse mindern. Ferner haben sie aber auch einen positiv regulierenden Effekt auf einige wichtige Zytokine. Die daraus resultierende Reduktion von Nebenwirkungen während und nach einer Strahlen- oder Chemotherapie und endokriner Therapie ist wissenschaftlich gut belegt.



Unter einer Radiatio und Chemotherapie steigt der TGF- $\beta$ -Spiegel obligat an. Dadurch kommt es zu folgenden negativen Prozessen: Stimulation von Fibrosen durch Fibroblastenproliferation, Expression von Adhäsionsmolekülen, Stimulation von Tumorwachstum durch Hemmung der NK-Zellaktivität, der TNF-Zytotoxizität sowie einer Hemmung des MPS (mononukleäres Phagozytensystem).

Durch Normalisierung dieser TGF- $\beta$ -Überexpression werden die vorgenannten Folgen dieser Überexpression gemindert. Da die orale Enzymtherapie z.B. mit Bromelain auch bei Arthritis und Arthrose erfolgreich eingesetzt wird, war es naheliegend zu erforschen, ob die arthrits-ähnlichen Beschwerden unter Aromatasehemmer-Therapie ebenfalls gemindert werden können. Bromelain wurde 1957 im Stamm der Ananaspflanze entdeckt und seither aus deren Frucht und der Pflanze selbst gewonnen.

Das war in der Studie deutlich der Fall.<sup>11</sup> Die Studie wurde mit einer festen Einnahmedosis von 4 x 2 Bromelain-Tabletten durchgeführt, mit höheren Dosierungen können eventuell noch bessere Ergebnisse erzielt werden. Ich beginne in meiner

Praxis mit 3 x 2 Tabletten und steigere in Einzelfällen durchaus bis 10 Tabletten pro Tag. Einzige Nebenwirkung einer solch hohen Dosierung können breiige bis diarrhöische Stühle sein.

1. <https://ncch.nih.gov/>, Abruf 30. 7. 2018
2. Marx W et al. Curr Opin Support Palliat Care 2015; 9: 189-195
3. Horneber M et al. Dtsch Arztebl Int 2012; 109: 161-172
4. Heim ME et al. Onkologie 2007; 30: 429-434
5. Kim TW et al. J Exerc Nutrition Biochem 2017; 21: 33-39
6. Buckley JD et al. J Sci Med Sport 2002; 5: 65-79
7. Di Marzo V. Nature Reviews 2008; 7: 438-454
8. Costa B et al. Pain 2008; 139: 541-550
9. Rahn EJ et al. Neurotherapeutics 2009; 6: 713-737
10. Skaper SD et al. Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci 2012; 367: 3312-3325
11. Wagner S. Senologie 2015; 12, A145

## GANZHEITLICHE GYNÄKOLOGISCHE ONKOLOGIE

Die NATUM als AG der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe bietet in Zusammenarbeit mit der Universitätsfrauenklinik in Essen ein dreiteiliges Curriculum „Ganzheitliche gynäkologische Onkologie“ an. Weitere Informationen unter: <https://www.natum.de/236-0-Ganzheitliche-Gynaekologische-Onkologie.html>