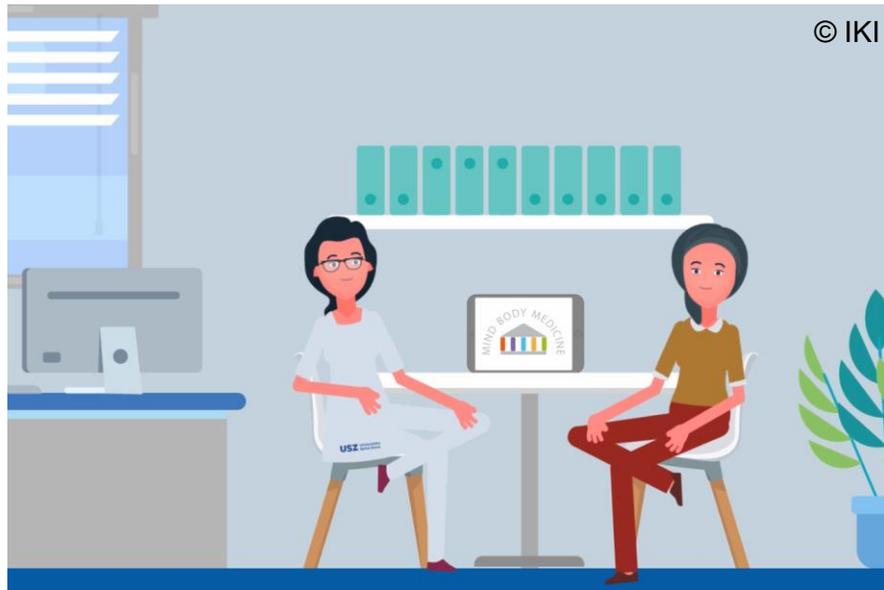


Integrative Onkologie – Selber etwas tun während und nach der Krebsbehandlung



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





Supportive Beratungs- und Behandlungsdienste am Comprehensive Cancer Center Zürich

Komplementärmedizin

Wir sind für Sie da, wenn

- *Sie gerne etwas zusätzlich zur Krebstherapie für sich tun möchten.*
- *Sie Informationen und Empfehlungen zur Komplementärmedizin erhalten möchten.*

An unserem Institut bieten wir Patientinnen und Patienten eine Beratung zur komplementären und integrativen Medizin und entsprechende Behandlungen an. Wir sehen den Menschen als Ganzes.

Unsere Self-Care-Empfehlungen und integrative Therapie stimmen wir mit der Krebsbehandlung am CCCZ ab. Dabei verbinden wir aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse mit der langjährigen Erfahrung in komplementärmedizinischer Behandlung und beziehen die individuelle Situation der Patientinnen und Patienten ein.

Comprehensive Cancer Center Zürich

**Informationen für
Patientinnen und Patienten
mit Tumorerkrankungen**

CCCZ – Ein gemeinsames onkologisches Exzellenzzentrum

USZ Universitätsspital Zürich  Universität Zürich  Dr. Balgrist  Kinderspital Zürich

Center Zürich

t für komplementäre Medizin

den Menschen als Ganzes
sieht.

Wir wissen weiter.
usz.ch/komplementaermedizin

USZ Universitäts
Spital Zürich

DENKEN SIE,
DASS AKUPUNKTUR
DAGEGEN
HELFFEN KANN?



Leitlinienprogramm
Onkologie

Komplementärmedizin in der
Behandlung von onkologischen
Patienten

Konsultationsfassung
Stand Juli 2021

Bitte senden Sie Kommentare, Hinweise und Verbesserungsvorschläge
zu dieser Patientenleitlinie unter Verwendung des
Kommentarsystems bis zum 28.01.2022 per Mail an:
komplementaermedizin@leitlinienprogramm-onkologie.de

DKG | Deutsche Krebsliga | AWMF

publiziert bei AWMF online
Das Portal der Österreichischen Mediziner

Leitlinienprogramm
Onkologie

S3-Leitlinie
Komplementärmedizin in der
Behandlung von
onkologischen PatientInnen

Kurzversion 1.0 – Juli 2021
AWMF-Registernummer: 032/05SOL

Leitlinie (Kurzversion)

DKG | Deutsche Krebsliga | AWMF

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

Was ist aktive Teilnahme?

Informierte
Entscheidungen
treffen

Nach zusätzlichen
Angeboten fragen
und Therapeuten
finden

Eigene Ressourcen
kennen und nutzen

Sich um die
Veränderung der
Lebensumstände
kümmern

Lebensstil
optimieren

Selbsthilfe-
Methoden zur
Symptomreduktion
kennen und
anzuwenden zu
können

kritische
Anforderungs-
situationen aus
eigener Kraft
erfolgreich
bewältigen zu
können

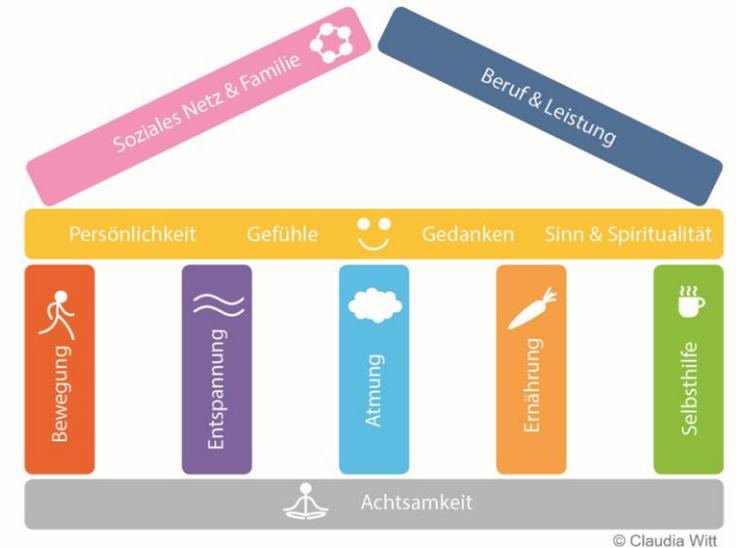
Selbstwirksamkeit

Mind Body Medicine

- Innovatives, integratives, didaktisches Konzept
- Verbindet Körper und Psyche
- Ressourcenorientiert
- **Vermittelt Self-Care** und unterstützt Lebensstiländerungen
- Ziele: **Selbstwirksamkeit stärken** und Symptome reduzieren

Entwicklung

- Herbert Benson (Benson-Henry Institute for Mind Body Medicine at Massachusetts General Hospital, Harvard Medical School)
- Jon Kabat-Zinn (Stress Reduction Clinic and the Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, Massachusetts Medical School, Worcester)
- Gustav Dobos Lehrstuhl für Naturheilkunde (Universitätsklinikum Duisburg-Essen) Kombination mit Naturheilkunde
- Am Universitätsspital Zürich, Vernetzung mit Gesundheitspsychologie



SFMBM: Fachverband für Health Professionals

Die Webseite des Schweizer Fachverbandes für Mind Body Medicine (SFMBM) zeigt eine Aufnahme von zwei Frauen in einem Gespräch. Text auf der Seite:

USZ Universitäts
Spital Zürich

Schweizer Fachverband für Mind Body Medicine (SFMBM)

Überblick | Vorstand | Mitglied werden | Kontakt

Wir sind der führende Schweizer Fachverband für Mind Body Medicine, welcher praktizierende Health Professionals, die Mind Body Medicine (MBM) anwenden, vernetzt und eine Plattform des Austausches sowie der Weiterentwicklung in Form von Weiterbildungen und Symposien bietet.

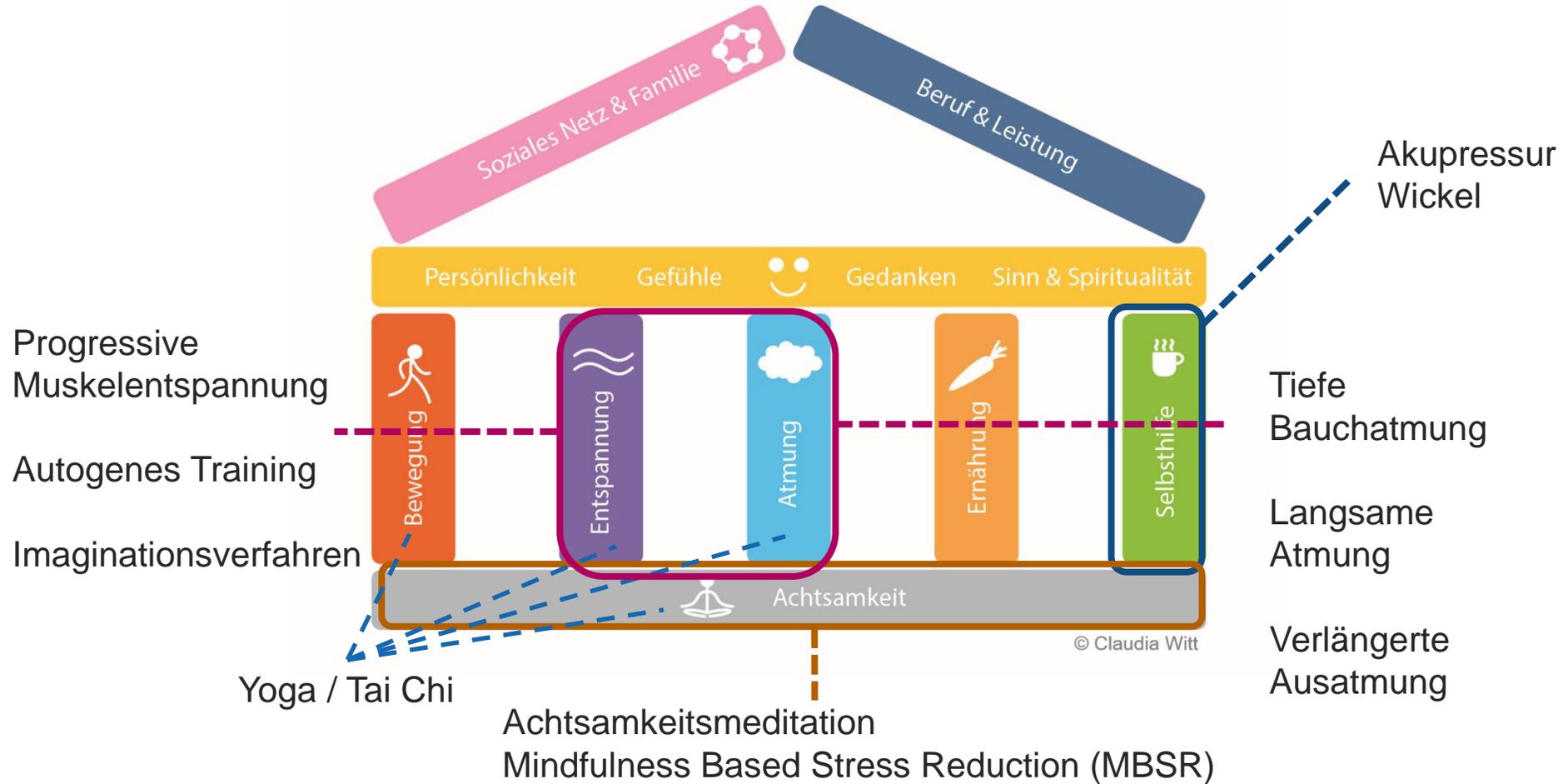
Wir kommen den Bedürfnissen der Schweizer Bevölkerung nach einer individualisierten, spezifischen und innovativen Behandlung der Komplementärmedizin nach und machen die Mind Body Medicine als komplementär- und integrativmedizinische Fachdisziplin sichtbar.

Im Fokus unseres Fachverbandes steht die Qualitätssicherung der MBM und die damit verbundene Erhaltung der Anzahl qualifizierter Anbieter in der Schweiz sowie die Förderung einer interprofessionellen Zusammenarbeit.

MIND BODY MEDICINE

© IKI

Beispiele für Techniken der Mind Body Medicine (Toolbox)



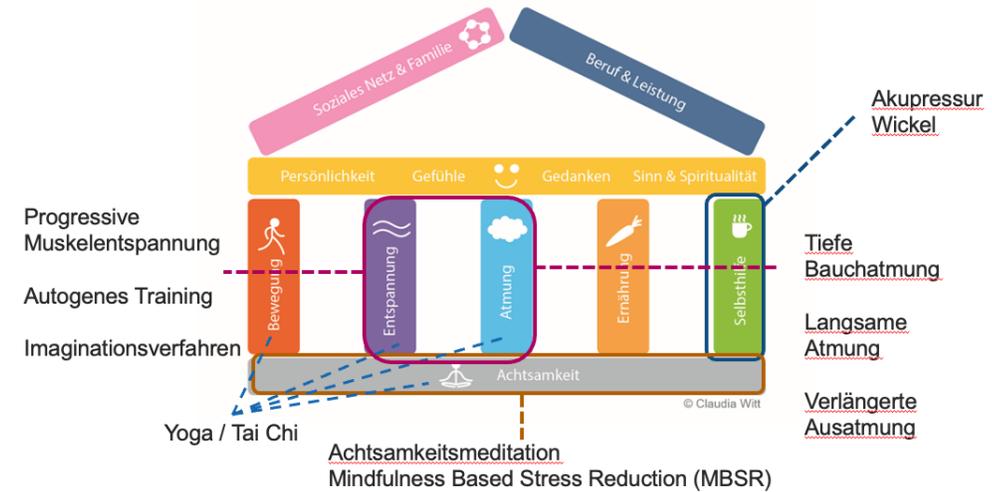
Zugang zu Entspannungsübungen (USZ: Webseite & Spotify)



Guided Imagery

Bei der Guided Imagery (geleitete Imagination) fokussiert die übende Person in Gedanken auf angenehme, positive Bilder, die in der Übung angeleitet 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.



Was können spez. komplementärmedizinische Verfahren?

Symptome der Krebserkrankung reduzieren

Nebenwirkungen der onkologischen Therapien reduzieren

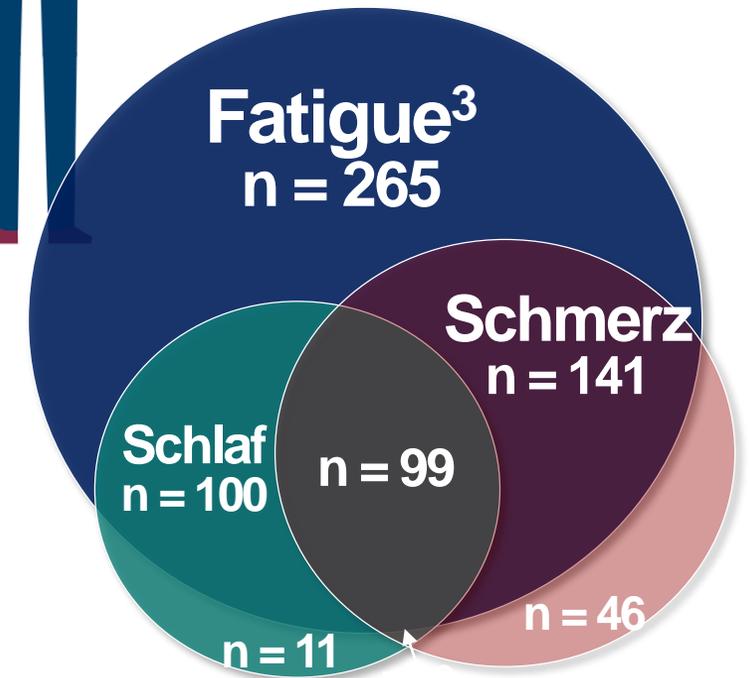
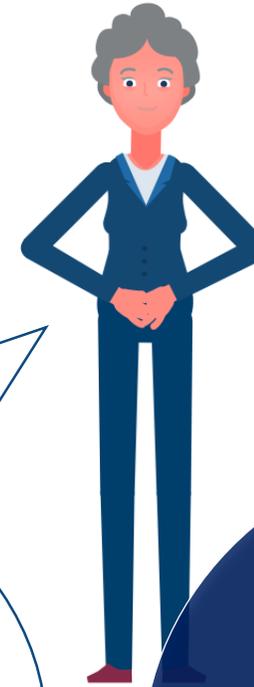
Lebensqualität verbessern

Beispiel: Cancer Related Fatigue

Meta-Analyse mit 84 Studien und 144'813 Patient*innen¹

- 52 % der Menschen mit Krebs (gepoolte Gesamtprävalenz)
- Risikofaktoren:
 - Chemoradiotherapie
 - Weibliches Geschlecht
 - Schlafstörung
 - Schmerzen
 - Depression

“Die Erschöpfung macht es unmöglich sich zu bewegen ... und dann ist da noch der Schmerz ... schließlich resigniert man, und dann dreht sich die Spirale schnell nach unten ... wenn ich in der Erschöpfung oder in diesem Teufelskreis bin, glaube ich nicht, dass ich zu irgendetwas fähig bin”²



Cancer Related Fatigue: Onkologische Patient*innen Empfehlungen* aussprechen:

Wofür	Level*	Wann
Körperliche Aktivität	Soll	
Tai Chi / Qigong	Sollte	während und nach Abschluss von Chemo-/Radiotherapie
Yoga	Sollte	
MBSR	Kann	nach adjuvanter Therapie
Akupressur	Kann	
Akupunktur	Kann	
Ginseng	Kann	

Implementierung
=
Verhaltensänderungen
=
aktive Teilnahme

Patient*innen
Präferenzen

Sport und Bewegung Erwägen oder Empfehlungen* aussprechen:

Wofür	Level*
Fatigue	Soll
Lebensqualität	Soll

Unter und nach Abschluss der Krebstherapie:
a) körperliche Inaktivität vermeiden
b) Ziel: mind 150 min moderater oder 75 min anstrengender körperlicher Aktivität / Woche

Inhalte Trainingsanleitungen:

- Ausdauertraining
- Krafttraining
- Koordinationstraining
- Beweglichkeitstraining

Yoga / Qigong/ Tai Chi

Erwägen oder Empfehlungen* aussprechen:

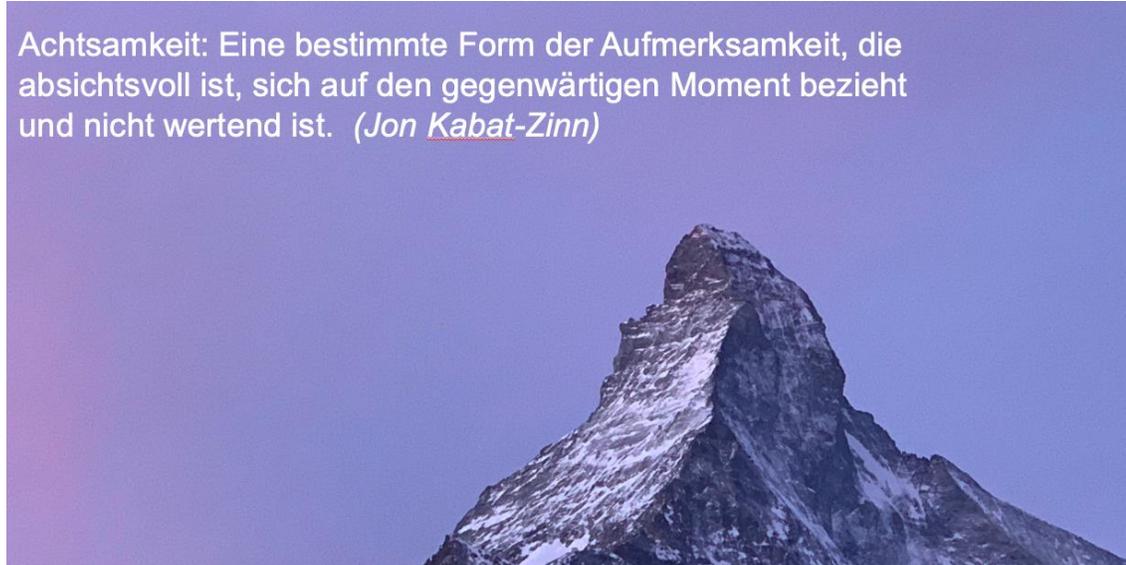
Wofür	Level*	Was	Bei wem
Fatigue	Sollte	Tai Chi / Qigong / Yoga	
Ein- und Durchschlafstörung	Sollte	Tai Chi / Qigong	Brustkrebs auch Yoga
Depressivität	Kann	Tai Chi / Qigong	
Lebensqualität	Kann	Tai Chi / Qigong	Brustkrebs auch Yoga
Subjektive kognitive Beeinträchtigung	Kann	Yoga	Brustkrebs
Menopausale Symptome	Kann	Yoga	Brustkrebs

MBSR-Kurs / Achtsamkeit

Erwägen oder Empfehlungen* aussprechen:

Wofür	Level*
Ein- und Durchschlafstörung	Kann
Stress / Angstsymptome / Depressivität	Kann
Fatigue	Kann
Lebensqualität	Kann
Subjektive & objektive kognitive Beeinträchtigung nach onkolog. Therapie	Kann

Achtsamkeit: Eine bestimmte Form der Aufmerksamkeit, die absichtsvoll ist, sich auf den gegenwärtigen Moment bezieht und nicht wertend ist. (Jon Kabat-Zinn)




MindfulnessSwiss <https://www.mindfulness.swiss>
 MBSR-Verband Schweiz


USZ Universitäts
 Spital Zürich



**Universität
 Zürich** UZH





Neue Studie CanRelax
Entspannung für
Krebspatient*innen
Startet demnächst.

www.canrelax.org

krebsforschung schweiz
recherche suisse contre le cancer
ricerca svizzera contro il cancro
swiss cancer research

Akupressur

Erwägen oder Empfehlungen* aussprechen:

Symptom	Level*	Wie
Übelkeit und Erbrechen Chemo und Radiotherapie	Kann	Selbstakupressur nach <u>kurzer</u> Anleitung
Fatigue	Kann	Selbstakupressur nach <u>ausführlicher</u> Anleitung
(Tumor-) Schmerz	Kann	Ohrakupressur durch Therapeut*in



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

Aktuelles Forschungsprojekt: Implementation Science Studie: Digital Training to support cancer patients to apply selfcare methods

IKI Lernplattform

Patient*innen-Training zur Akupressur. A

INHALTE
Einführung
Mein Bearbeitungsstand: 0/1

Herzlich willkommen
Herzlich willkommen im eLearning-Kurs «Patient*innen-Training zur Akupressur». Bei Fragen wenden Sie sich bitte an [diese eMail-Adresse: acudysg\(at\)usz.ch](mailto:acudysg(at)usz.ch)

Lernziel

Ziel dieses eLearnings ist es, Ihnen beizubringen, die Akupressur selbständig durchzuführen. Dazu vermitteln wir Ihnen Grundlagen der Akupressur, stellen Ihnen Ergebnisse der Forschung vor und weisen Sie darauf hin, was Sie bei der Selbst-



Haben Sie es sich gemerkt?

Nehmen Sie folgendes an: Die Körperstelle, an der Sie regelmässig Akupressur anwenden, ist durch einen Sturz leicht verletzt, die Stelle weist eine Schürfwunde auf, schmerzt und ist leicht geschwollen.

Was machen Sie?

- Ich wende die Akupressur trotzdem an.
- Ich wende auf keinen Fall die Akupressur an, auch nicht anderen Körperstellen.
- Ich halte Rücksprache mit meinem Arzt/meiner Ärztin.

Einreichen

Sie haben 75 % der Lektion bearbeitet.

75%

- Partizipatives Forschungsprojekt mit Einbezug von Stakeholdern
- Entwicklung einer Online-Schulung für Patient*innen





Akupunktur

Erwägen oder Empfehlungen* aussprechen:

Wofür	Level*	Wann / bei wem
Tumorschmerz	Sollte	
Gelenkschmerzen Aromataseinhibitoren	Sollte	Brustkrebs
Chemotherapie-induzierte neuropathische Schmerzen	Kann	
Subjektive & objektive kognitive Beeinträchtigung adjuvante Chemoth.	Kann	Brustkrebs
Fatigue	Kann	
Ein- und Durchschlafstörungen	Kann	
Menopausale Hitzewallungen	Kann	
Lebensqualität	Kann	
Xerostomie	Kann	während und nach Radiotherapie
Übelkeit und Erbrechen	Kann	platinbasierte Chemotherapie

Aktuelles Forschungsprojekt: Randomisierte kontrollierte Multicenter-Studie Akupunktur bei Chemotherapie-induzierter Dysgeusie

Kontakt

Falls Sie an einer Studienteilnahme interessiert sind und die genannten Kriterien auf Sie zutreffen, nehmen Sie bitte Kontakt mit dem jeweiligen Studienzentrum auf.

Ihre persönlichen Daten werden bei Zustandekommen eines telefonischen Kontakts registriert. Wenn Sie nicht an der Studie teilnehmen, werden Ihre Daten unverzüglich gelöscht.

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse an unserer Studie.

Studienzentrum Zürich
Universitätsspital Zürich
Institut für komplementäre und integrative Medizin
Sonneggstrasse 6
8091 Zürich

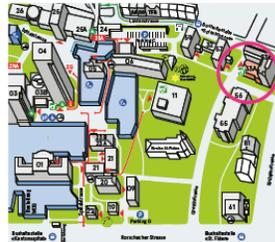
+41 43 253 21 33
acadysg@usz.ch

Studienzentrum St.Gallen
Kantonsspital St.Gallen
Zentrum für Integrative Medizin
Haus 33
Greithstrasse 20
9007 St.Gallen

+41 71 494 31 14
acadysg@kssg.ch



Tramlinien 6, 9, 10 bis Haltestelle
«ETH/Universitätsspital»



Buslinien 1, 2, 7, 8 bis Haltestellen «Kantonsspital»
oder «St. Fiden». Buslinie 11 bis Haltestelle
«Spitalstrasse» (Nähe Parking B).



AcuDysg PE_Patienten_Version 3/17/2022

USZ Universitäts
Spital Zürich

H Kantonsspital
St.Gallen



Akupunktur bei Geschmacksstörungen

Patient*innen für wissenschaftliche Studie gesucht

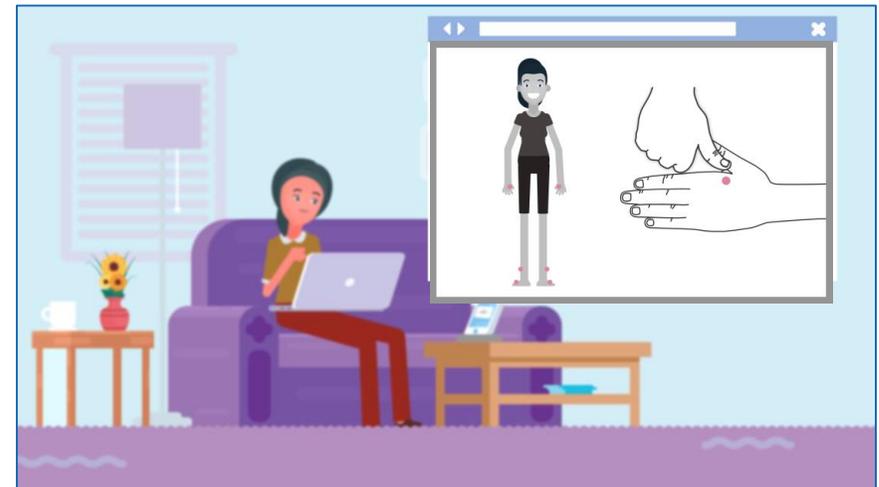
Eine Zusammenarbeit des Instituts für komplementäre und integrative
Medizin (Universitätsspital Zürich) und des Zentrums für Integrative Medizin
(Kantonsspital St.Gallen)

Akupunktur bei Chemotherapie-induzierten Geschmacksstörungen – AcuDysg

Untersucht wird, ob Akupunktur zu einer Verbesserung von
Chemotherapie-induzierten Geschmackstörungen beitragen
kann. Eine Zusammenarbeit des Instituts für komplementäre
und integrative Medizin (Universitätsspital Zürich) und des
Zentrums für Integrative Medizin (Kantonsspital St.Gallen).

Ziel der Studie

Wir untersuchen in dieser Studie, ob durch Akupunktur eine Verbesserung von
Chemotherapie-induzierter Dysgeusie erzielt werden kann.



Phytotherapeutika / Nahrungsergänzungsmittel

Erwägen oder Empfehlungen* aussprechen:

Was	Wofür	Level*	Bei wem / wie
Ingwer	Übelkeit& Erbrechen Chemotherapie	Kann	zusätzlich zu Antiemetika
Ginseng	Fatigue	Kann	
Misteltherapie (subkutane Spritzen)	Lebensqualität	Kann	Solide Tumoren

Für die meisten Substanzen zu wenig oder widersprüchliche Daten um eine Empfehlung auszusprechen

Mögliche Interaktionen mit anderen Therapien beachten

Vitamine & Mineralien wenn Mangel dann Substitution

Worauf sollte man achten?

Weitere Informationen



Kriterienliste zu seriösen Anbieterinnen und Anbietern komplementärmedizinischer Verfahren

Haltungsausschuss und Nutzungsrechte. Die frei zugänglichen Inhalte der Kriterienliste zu seriösen Anbieterinnen und Anbietern komplementärmedizinischer Verfahren wurden mit größtmöglicher Sorgfalt von einer internationalen Gruppe von Expertinnen und Experten fach- und beruflingsgemäß erstellt und für Konsumentinnen und -konsumenten aufbereitet. Die Autorinnen und Autoren dieser Kriterienliste übernehmen keine Gewähr für die Richtigkeit und Aktualität der bereitgestellten Seriositätskriterien. Das Wählen wird keine Gewähr für die Vollständigkeit der hier aufgeführten Kriterien übernommen. Wir bitten Sie, alle Entscheidungen eigenverantwortlich bzw. in Rücksprache mit Ihrer behandelnden Ärztin/Ihrem behandelnden Arzt vorzunehmen. Es sind keine Haftung für eventuelle Schäden im Zusammenhang mit der Nutzung der Kriterienliste übernommen. Sollten Sie grundsätzliche Fragen oder Bedenken zum Datenschutz der Anbieterinnen und Anbieter komplementärmedizinischer Verfahren haben, empfehlen wir, dass Sie die Anbieter/Anbieterinnen kontaktieren.

Dieses Dokument wurde im Rahmen einer Studie des Kompetenznetzwerks Komplementärmedizin in der Onkologie (KOKON) erstellt. Projektförderung erfolgte durch die Deutsche Krebsstiftung.

©2020 von Rogge, Bauer, Bleitner, Hemler, Jahn, Jans, Kiefer, Klotzsch, Kretschmer, Länger, Loh, Nitsch, & Wolf. Printed in Germany and licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

ausgegeben durch

gefördert durch **Deutsche Krebsstiftung** HELMUT FÖRSTER INSTITUT FÜR KREBSFORSCHUNG

Patient Preference and Adherence

Open Access Full Text Article

Dovepress
open access to scientific and medical research

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

Alize A Rogge,¹ Isabel Baur,² Gabriele Bleitner,³ Ulrike Holtkamp,⁴ Markus Horneber,⁵ Patrick Jahn,⁶ Stefanie Jooß,⁷ Silja Keberle,⁸ Anja Kettelgerdes,⁹ David Klemperer,¹⁰ Alfred Längler,¹¹ Petra Voß,^{12,13} Joachim Weis,¹⁴ Claudia M Witt.^{15,16}

¹Institute for Social Medicine, Epidemiology, and Health Economics, Charité – Universitätsmedizin Berlin, ²German Cancer Research Center (DKFZ), ³Department of Complementary Medicine, University of Cologne, ⁴Department of Complementary Medicine, University of Bonn, ⁵Department of Complementary Medicine, University of Duisburg-Essen, ⁶Department of Complementary Medicine, University of Göttingen, ⁷Department of Complementary Medicine, University of Hamburg, ⁸Department of Complementary Medicine, University of Jena, ⁹Department of Complementary Medicine, University of Leipzig, ¹⁰Department of Complementary Medicine, University of Mainz, ¹¹Department of Complementary Medicine, University of Münster, ¹²Department of Complementary Medicine, University of Nürnberg-Erlangen, ¹³Department of Complementary Medicine, University of Regensburg, ¹⁴Department of Complementary Medicine, University of Tübingen, ¹⁵Department of Complementary Medicine, University of Würzburg, ¹⁶Department of Complementary Medicine, University of Wuppertal

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=26) and oncology physicians (n=20)).

https://www.usz.ch/app/uploads/2021/02/KSKAV_Kriterien_Serioese_KMANbieter_20200624-mit-logo_V1.pdf

Grundversicherung / Zusatzversicherung / Selbstzahler

Bei Therapeuten Erstattung mit der Krankenversicherung abklären



Fazit

Es ist ein zusätzliches Angebot

Es gibt wirksame Verfahren

Individualisierung ist möglich

Man kann selber etwas tun

