

הטיפול הרפואי, הטיפול המשלים והטיפול האלטרנטיבי

כשהרפואה הרגילה לא עוזרת יש הפונים לרפואה האחרת



מדריך מתומצת לכדאי ולפחות כדאי

פרופ' דן אדרקה

לא אחת שומעים בציבור מונחים ומושגים שונים המתייחסים לטיפולים במחלת הסרטן, כמו "משלים" ו"אלטרנטיבי", בנוסף או במקום הטיפול הרפואי המוכח והמקובל (הקונבנציונלי). במאמר זה נשתדל להסביר מהו הטיפול הרפואי המקובל ומהם המושגים והטיפולים השונים בהם מדובר, כך שהדבר יאפשר לבדוק ולבחון אותם בצורה עניינית ולהבין את משמעותם והשפעתם האפשרית. טיפול רפואי מקובל/קונבנציונלי - מדובר בטיפול רפואי מעודכן, שנבחן במחקר מדעי ונמצא בטוח ויעיל לטיפול בחולים. יתרונות הטיפול ומגבלותיו פורסמו בכתבי עת, נבחנו על ידי מומחים ומדענים בנושא והוצגו בכנסים מדעיים. לאחר תהליך המחקר והבחינה המדעית, הטיפול אושר על ידי רשויות מוסמכות כגון ה-FDA, משרד הבריאות (אגף הרוקחות) וכו'. כאשר מדובר על טיפול במחלות הסרטן, מדובר כיום על טיפול ניתוחי, טיפול קרינתי, טיפול תרופתי כימי, טיפול הורמונלי וביולוגי, או טיפול המשלב טיפולים אלה. חשוב להדגיש שהטיפול במחלת הסרטן הוא כוללני וחשוב שיינתן על ידי צוות רב מקצועי: רפואי, סיעודי, תזונתי ופסיכו-סוציאלי, המתייחס לחולה ולמחלתו, כמו גם למשפחת החולה ולסביבתו החברתית. טיפול הנמצא בשלבי מחקר - מדובר בשיטות טיפול הנחקרות במסגרת מחקר קליני, שנועד לקבוע אם טיפול חדש הוא יעיל ובטוח לטיפול בחולים. אישור התרופה לניסוי קליני מחייב אישור של ועדה מיוחדת, כגון ועדת הלסינקי, הפועלת בכל בית חולים ו/או מכון מחקר, ונתונה לפיקוח של הוועדה הכלל ארצית של משרד הבריאות. האישור לשימוש בתרופה ניתן

ובאחת מכמה שיטות התערבות שונות, כגון: פרטני, משפחתי או קבוצתי. שירותים אלה ניתנים הודות לסיוע האגודה למלחמה בסרטן, ברוב המכונים האונקולוגיים ובקהילה.

טיפול משלים - טיפול משלים מתייחס לשיטות טיפול שנועדו להשלים את הטיפול המקובל ולא כדי להחליפו. מדובר בטכניקות טיפול כגון שליטה במתח ובמצבי דחק, שיטות וטכניקות של הרפיה באמצעותן ניתן להגיע לרגיעה, לשחרור שרירים ולהקלה על הכאב, כמו דמיון מודרך, יוגה, מדיטציה, מסז', תרפיה באמנות, תרפיה במוזיקה, תזונה וכדומה. חשוב שההדרכה תינתן על ידי איש

רק לאחר שנבדק ונמצא שהטיפול בה אכן יעיל. בשלב זה התרופה זוכה לאישור הרשויות המוסמכות לכך, והופכת להיות חלק מהטיפול המקובל.

טיפול פסיכו-אונקולוגי - טיפול פסיכו-אונקולוגי מתמקד בהיבטים הפסיכו-סוציאליים, כחלק מהגישה הכוללנית לטיפול בחולי סרטן ובני משפחותיהם, וניתן על ידי עובדים סוציאליים, פסיכולוגים ופסיכיאטרים, בשיתוף עם צוות הרופאים והאחיות. שיתוף פעולה בין הצוותים: הרפואי, הסיעודי והפסיכו-אונקולוגי מאפשר הבנה טובה יותר של צורכי החולה. טיפול פסיכו-אונקולוגי ניתן בכל שלבי המחלה ובמהלך הטיפולים,

מטפל הממליץ לחולה לסרב לקבל טיפול מקובל, שיעילותו הוכחה, ומעודד את החולה לקבל במקומו טיפול אחר, שאין עדות מוכחת ליעילותו, הוא מטפל העלול לגרום נזק.

טיפולים שיש להימנע מהם

לגבי אמינות הטיפול המוצע ויעילותו, ניתן להיעזר בערך הרפואה המשלימה באתר האינטרנט של ה-Memorial Sloan-Kettering. באתר זה מובהר כי שימוש בחומרים שלא הוכחה יעילותם, או שהוכחו כלא יעילים, מהווה הטעיית הציבור. יש להימנע, בנוסף למה שלא הוכחה יעילותו על פי האתר הנ"ל, גם מהטיפולים הבאים: טיפול שמוצע במקום הטיפול המקובל והמוכר; טיפול המתיימר לרפא את כל סוגי מחלות הסרטן; טיפול "סודי" שרק מרפא מסוים יכול לתת, או הנעזר ב"תרופות" שאין מגלים את מרכיביהן; טיפול שמבוסס על תיאוריה בלתי מוכחת; טיפול הדורש השקעת משאבים עצומים, כולל כספיים, למרות שיעילותו אינה מוכחת.

שיטות טיפול משלימות

ההסבר שניתן להלן אודות השיטות השונות נלקח מתיאורי המטפלים, ואין כל אחריות עליהן. להלן סקירת השיטות היותר נפוצות ברפואה משלימה:

עיסוי - מקובל כי שיטות העיסוי למיניהן הן דרך יעילה להפגת מתחים, לחידוש החיוניות ולרענון. בנוסף להיותו גורם מרגיע, הוא פועל ישירות להרפיית שרירים, שיפור זרימת הדם ואף להפחתת כאבים. אין איסור על טיפולי עיסוי בחולי סרטן, אם כי חשוב שהטיפול ינתן על ידי איש מקצוע מיומן, כדי שהטיפול לא יגרום נזק. אין לעסות אזורי עור עם פצעים פתוחים, דלקות, ורידים מודלקים ואזורים אשר יש בהם חשד לגרורות. בין שיטות העיסוי המקובלות נמנים: עיסוי שבדי קלאסי, עיסוי ארומתרפי, עיסוי לימפטי, ארומתרפיה.

עיסוי תאילנדי המבוסס על שילוב של מתיחות ולחיצות ויעיל לשחרור פרקים ושרירים תפוסים, אינו מומלץ לחולי סרטן.

רפואה סינית - תפישת הרפואה הסינית שונה לגמרי מתפישת הרפואה המערבית. לפי הרפואה הסינית, בנוי הגוף מ-12 ערוצי אנרגיה שלאורכם ממוקמות נקודות אנרגיה, והפרת איזון לאורך ערוצי האנרגיה היא הגורם הבסיסי להתפתחות מחלות. הריפוי נעשה על ידי השבת האיזון, בדרך כלל באמצעות הדיקור הסיני

שילוב בין טיפול מקובל וטיפול משלים

יש שיטות טיפול שניתן לשלבן ללא סיכון בטיפול המקובל. שיטות אלו מקלות על תופעות לוואי, מפחיתות כאב, או מאפשרות לחולה הרגשה טובה יותר ותחושה של שליטה במצב. יחד עם זאת, שילובם של טיפולים מסוימים עם תרופות כימותרפיות מסוימות עלול לפגוע ביעילות הטיפול הכימי ולעתים אף לגרום לנזק גופני. בכל מקרה, יש לדווח לרופא המשפחה ו/או לאונקולוג על כל טיפול שהחולה מעוניין להתחיל בו ולדרוש מהמטפל, מכתב שיכלול את הפרטים המלאים של הטיפול, את מרכיביו ואת הצדקות, כדי שהרופא המטפל יוכל לחוות דעתו על יעילותו ולטפל בסיבוכים, במידה שיתפתחו כתוצאה מטיפול זה.

מה חשוב לדעת לפני שמחליטים על קבלת טיפול

מחלת הסרטן ניתנת לריפוי עם הטיפול המקובל בכ-50 אחוז מהמקרים. במחלות מסוימות השיעור נמוך יותר. לעומת זאת, במחלות אחרות השכיחות בישראל, כאשר המחלה מאובחנת בשלב מוקדם, מגיע שיעור הריפוי ל-90 אחוז ויותר. רפואה משלימה מוצעת לחולי סרטן במרכזים הגדולים בארץ ובעולם, לא כאמצעי לריפוי מלא או חלקי של מחלת הסרטן, במטרה לשפר את איכות החיים, להקטין את תופעות הלוואי ולהיבא להקלתן.

הטיפול בחולה סרטן הוא טיפול מורכב ומעורבים בו לעתים יותר ממטפל אחד. חשוב להיוועץ ברופא האונקולוג האחראי על הטיפול לגבי כל סוגי הטיפולים, ובייחוד לגבי תכשירים הניתנים בבליעה. תכשירים מסוימים עלולים לפגוע בטיפול ו/או לסתור את החומרים הפעילים בו.

בחירת מטפל ברפואה משלימה

לפני תחילת הטיפול יש להקפיד ולבחור מטפל מיומן, שידוע כי טיפל בחולי סרטן, בתיאום עם הרופא האונקולוג. חשוב לברר מהם הכישורים המקצועיים של המטפל, האם הוכשר במוסד מוכר, מהו משך הכשרתו ומה משך נסיונו כמטפל. חשוב לשאול את המטפל במה הטיפול המוצע עשוי לשפר את מצב החולה, האם קיים סיכון בטיפול, האם הטיפול יכול להפריע לטיפול הרפואי המקובל והאם הטיפול יכול להפריע לטיפולים התרופתיים האחרים שאותם מקבל החולה.

מקצוע מיומן, והיא נעשית באופן פרטני או קבוצתי. אמצעים טכניים, כגון קלטות, מאפשרים ללמוד שיטות הרפיה ולבצע אותן בבית באופן עצמאי.

שיטות משלימות אלו, ככל הידוע כיום, אינן מרפאות את המחלה, אך על פי דיווחים של חולים הן מסייעות בהקלה על תופעות הלוואי ומשפרות את איכות החיים של החולה. יש לזכור, כי לא כל טיפול מתאים לכל אדם. הטיפולים המשלימים אינם באים להחליף את הטיפולים הקונבנציונליים. כמה מהטיפולים המשלימים הוכנסו בשנים האחרונות גם לבתי החולים הציבוריים ולמחלקות האונקולוגיות, מתוך מחשבה שהם מוסיפים מימד חיובי לטיפול בחולה ומשפרים את הרגשתו הכללית.

בפנייה לטיפול משלים חשוב לברר האם הטיפול המוצע הוכח כיעיל בשיפור איכות חייו של חולה הסרטן, והאם המטפל בעל רישיון מאושר ומוכר ברפואה משלימה.

טיפול אלטרנטיבי/ חלופי - טיפול אלטרנטיבי, או חלופי, מתייחס לטיפול שטרם הוכחה יעילותו, אם בכלל, או שלא נבדק בכלים מדעיים להוכחת יעילותו, או שנבדק והוכח כבלתי יעיל אך עדיין דבק בו המטפל ומציע אותו לפונים אליו.

הסיכון הטמון בשיטות טיפול אלו גדול במיוחד כאשר הן מוצעות במקום הטיפול המקובל, מה שעלול למנוע מהחולה את הסיכוי להיעזר בטיפול המקובל. בנוסף, החולה עלול להיכנס להוצאות כספיות לא מבוטלות, שיוקדשו לטיפול שיעילותו לא הוכחה או כזה שהוכח כלא יעיל. מתן טיפול ללא בסיס והוכחה מדעית מוכחת כרוך למעשה בפגיעה בסיסית בחוק זכויות החולה, לפיו על החולה לקבל את מלוא המידע על היתרונות והחסרונות של הטיפול המוצע לו, כולל תופעות הלוואי האפשריות הכרוכות בו.

רופא הפועל במערכת הרפואית המאושרת והמקובלת נדרש לעמוד בפני ועדות, להציג ממצאים שניתן לבקר אותם בדבר יעילות הטיפול המוצע ולקבל אישור למתן טיפול חדש כלשהו, רק לאחר שיעילותו הוכחה. לעומת זאת, מטפל הפועל בשיטות שאותן הוא מכנה "רפואה אלטרנטיבית", מציע למעשה טיפול בלא שאושר ובלא שעבר בקרה מקובלת, בדיקה בוועדות מקצועיות, ומבלי שהוכחה יעילותו.

טיפול אלטרנטיבי שכזה, אף אם יומלץ על ידי רופא, יש להימנע ממנו, כי לאותו רופא אין את הבסיס העובדתי המינימלי הנדרש על פי התקן העולמי המקובל, שמראה כי הטיפול אכן יעיל.

(אקופונקטורה). בשיטה זו, שהיא כיום חלק מהרפואה המסורתית, מחדירים לעור מחטים דקות סטריליות בנקודות מסוימות של הגוף. ידוע כיום כי אקופונקטורה עשויה להקל על כאבים. על סמך מחקרים מדעיים נמצא כי באמצעות הדיקור, הגוף משחרר חומרים טבעיים, כמו אנדורפינים (משככי כאבים טבעיים), המסייעים להקלה על הכאב, לשחרור שרירים ולהרגשה כללית טובה יותר. פרסומים שהופיעו הראו שטיפול זה יכול להקל על תופעות של בחילה והקאות הנגרמות כתוצאה מהטיפול הכימי, ולפעול גם כגורם משכך כאבים. בתכשירים אחרים שמקורם בסין, שתכולתם אינה ידועה, ו/או פעולתם לא הוכחה, מומלץ שלא לעשות שימוש (ראו בהמשך "צמחי מרפא").

רפלקסולוגיה – על פי הרפלקסולוגיה, כל נקודה בגוף מחוברת על ידי מסלולי אנרגיה לנקודות קבועות על פני כפות הרגליים והידיים. כל איברי הגוף והמערכות הפנימיות מיוצגות ומשתקפות בכפות הרגליים ובכפות הידיים. עיסוי בנקודות אלו יביא לשחרור ולהקלה בכאב באיבר הפגוע. רפלקסולוגיה יעילה בשחרור ממתחים, בסיוע בתהליכי ריפוי ושיקום ובהתמודדות עם מחלות כרוניות. העיסוי ברפלקסולוגיה נעשה באמצעות כפות ידי המטפל, על כפות הרגליים של המטופל (foot massage), וכך הוא מכונה גם ב-

Memorial Sloan-Kettering Cancer Center. **דמיון מודרך** – ניסיון קליני ומחקרים מראים כי בעזרת הרפיה ודמיון מודרך ניתן להכיר טוב יותר את הגוף, לנתב את האנרגיה בצורה יעילה יותר ולהשיג שליטה רבה יותר. מדובר בטכניקה פשוטה יחסית, הניתנת ללמידה וליישום על ידי כל אדם. חולי סרטן אשר חשים שהמחלה או הטיפולים גרמו לפגיעה בגופם, יכולים להיעזר בה. במהלך לימוד הטכניקה של דמיון מודרך, המטפל מסייע למטופל במתן הנחיות פשוטות, לבנות וליצור בעיני רוחו תמונה ויזואלית רצויה עבורו. המטופל לומד להתמקד בתמונה או בתפישה הרצויה, עד שאלו הופכות למציאות סובייקטיבית. בדרך זו יכול כל אחד למצוא בתוכו מקומות של שלווה ובטחון, כוח, יופי וצימיחה, להפחית בעזרת ההרפיה מתח וחרדה, ולהוריד ערכים של לחץ דם ודופק. טכניקה זו ניתנת ליישום בבית או במקום העבודה, וכן במהלך אשפוז או טיפול.

הטיפול בשיטות שפורטו למעלה מוצע במרכזי סרטן מובילים, כגון Memorial Sloan-Kettering Cancer Center, כדי לשפר את איכות החיים של החולים, ומתקיים גם

מחקר שמעריך את יעילותן של שיטות אלו ואחרות.

הטיפולים הבאים אינם מקובלים במרכז הסרטן Memorial Sloan-Kettering Cancer Center:

ביופידבק – שיטת טיפול המאפשרת לאדם לרכוש ידע, כלים ומיומנויות לצורך פיתוח והעמקת המודעות האישית לתחושות הגוף, במגמה להשיג שליטה, ויסות ואיזון של מערכות פיזיולוגיות.

שיטת הביופידבק מעניקה יכולת התמודדות טובה יותר עם מצבי לחץ, כאב ומצבי חיים המפריעים לתפקוד האישי. בשיטה זו נעשה שימוש במכשור אלקטרוני מתוחכם, המודד ומייצע אותנו על שינויים המתרחשים בגופנו.

שיאצו – שיטת טיפול שפותחה ביפן על פי עקרונות הרפואה הסינית. בשיאצו מתבצע עיסוי מיוחד על ידי לחיצות לאורך קווי האנרגיה המכונים מרדיאנים. מטרת הלחיצות היא שחרור חסימות אנרגטיות ובדרך זו השגת איזון כללי, הרפיית שרירים ותמיכה בתהליכי ריפוי. אין איסור על ביצוע שיאצו בזמן מחלת סרטן. עם זאת, יש לנקוט במשנה זהירות בזמן הפעלת לחץ על צלעות ועצמות מחשש ליצירת שברים כתוצאה מהידלדלות העצם או הימצאותן של גרורות.

הומיאופתיה – שיטת ריפוי שפותחה לפני כ-200 שנה על ידי ד"ר סמואל הנמן. העיקרון ההומיאופתי מבוסס על "דומה בדומה ירפא". כלומר, התרופה ההומיאופתית מותאמת לאדם על פי אישיותו ועל פי הסימפטומים שהוא סובל מהם. התרופה ההומיאופתית מופקת בדרך כלל כחומר טבעי שעבר תהליך דילול בצורה מיוחדת. התרופה ניתנת בצורת טיפות או ככדורים קטנים העשויים מסוכר פירות. קודם לטיפול מתבקש הפונה לתאר בפירוט רב את עצמו, תסמיניו, אורחות חייו וכדומה, ועל סמך מידע זה מותאמת לו תרופה אישית.

טיפולים אלקטרומגנטיים – טיפולים אלקטרומגנטיים נעשים באמצעות העברת זרם חשמלי חלש לחלקים שונים בגוף. טיפולים אלה מופיעים בשמות שונים: אלקטרומגנטיזם, ביולוגיה מגנטית, ריפוי מגנטי או ריפוי בשדה מגנטי. טיפולים עושים שימוש במכשירים חשמליים כמו Microwave ואחרים, שאמורים להשפיע על השדות המגנטיים בגוף. אין הוכחה מדעית לכך שטיפולים אלה אכן תורמים לריפוי מחלות והם אינם מאושרים על ידי ה-FDA. **הילינג ורייקי** – שיטות טיפול אנרגטיות. הטיפול נעשה באמצעות הנחת ידי המטפל

מעל גופו של המטופל. בשעת הטיפול, המטופל יושב או שוכב בלבוש מלא כשהוא נינוח. מטרת הטיפול היא השגת איזון אנרגטי והרגעה באמצעות חיזוק הגוף והנפש, הפחתת כאבים ושיפור התחושה.

צמחי מרפא – צמחי מרפא מוגדרים כצמחים בעלי השפעה על הפעילות הפיזיולוגית של מערכות שונות בגופנו. צמחים משפיעים על מערכות שונות בגוף כמו מערכת החיסון, הנשימה, העור, העיכול ויכולים לסייע בתפקודן התקין. יש עבודות המצביעות על תופעות לוואי לא רצויות הנובעות מהשימוש בצמחי מרפא בזמן הטיפולים המקובלים במחלות הסרטן, כמו דימום, ירידה בספירת הדם וכדומה. לפיכך, יש להיזהר מאוד בשימוש בצמחי מרפא בזמן הטיפולים. דווח, למשל, על נזק חמור בכליות שנגרם כתוצאה מלקיחת תרופות סיניות מסוימות. יש להיוועץ ברופא האונקולוג לפני נטילת כל תכשיר ולהתעדכן בנושא זה באתר האינטרנט <http://www.mskcc.org/aboutherbs> (המידע מופיע בשפה האנגלית).

בתרבויות שונות התפתחו שיטות טיפול בצמחים שונים: קיימים צמחי מרפא על פי הרפואה הסינית או על פי הרפואה ההודית וכן צמחי מרפא "מערביים". בשנים האחרונות, קיימת עדות מחקרית לגבי מידת יעילותם של כמה מהצמחים. יש צמחים שהוכחו כיעילים במצבים מסוימים, וכאלה היכולים לשמש כטיפול במחלות שונות. יש צמחים שהוכח כי הם גורמים לתופעות לוואי כאשר עושים בהם שימוש יחד עם תרופות "קונבנציונליות" מסוימות.

סיכום

הטיפול בחולי הסרטן כוללני ומורכב משילוב של טיפול ניתוחי, טיפול בקרינה, טיפול תרופתי, וטיפול פסיכו-סוציאלי על פי הצורך. חלק מחולי הסרטן טוענים כי טיפולים משלימים מסוימים מקלים עליהם, עוזרים להם בהתמודדות עם תופעות הלוואי של המחלה ועם ההתמודדות עם הטיפול הרפואי. בכל מקרה, יש לייצע את הרופא האונקולוג על טיפולים נוספים ולהתייעץ לפני נטילת צמחי מרפא או תכשירים אחרים בבליעה, נוכח החשש להשפעה על מהלך הטיפול. לא מומלץ להשתמש בתכשירים אלטרנטיביים.

פרופ' דן אדרקה, רופא בכיר במכון האונקולוגי במרכז הרפואי ע"ש שיבא, תל השומר.