



Osteopathie en kanker: wat kunnen we doen?

Mensen met kanker gaan in eerste instantie naar een oncoloog en niet naar een osteopaat. Osteopaat Liesbeth van den Berg las vier door gasthoofdredacteur Patrick Rodrigus geselecteerde artikelen over wat osteopathie toch voor kankerpatiënten kan betekenen.

TEKST: SOFIE ROZENDAAL

Het eerste artikel gaat over osteopathie en kinderoncologie en heeft als titel 'Supportive care and osteopathic medicine in pediatric oncology: perspectives of current oncology clinicians, caregivers and patients'. Van den Berg vindt het idee interessant, maar de uitwerking valt haar tegen. 'Eigenlijk gaat dit stuk vooral over wat de neveneffecten kunnen zijn van chemotherapie. Het is geen onderzoek naar kinderen met kanker, terwijl ik wel die indruk kreeg.' Uit het artikel kunnen dus weinig conclusies worden getrokken en dat vindt ze jammer. 'We zitten als osteopaten te springen om meer onderzoek, maar daar voldoet dit stuk helaas niet aan.' Wat ze er vooral uit opmaakt, is dat osteopathie nog steeds heel onbekend is binnen de reguliere geneeskunde. 'Zolang we niet samenwerken met huisartsen en specialisten, zal dat ook zo blijven.'

Te lezen via: tinyurl.com/kinderoncologie

Vermoeidheid

Over het tweede artikel is Van den Berg enthousiaster. 'Mechanisms of cancer-related fatigue' behandelt vermoeidheidsklachten na kanker. 'Ik vind het vooral opvallend dat volgens dit onderzoek 60 tot 90 procent van de kankerpatiënten na chemotherapie of bestraling te maken krijgen met langdurige vermoeidheid. Het overgrote deel dus.'

In het artikel worden verschillende hypothesen beschreven die deze vermoeidheid kunnen verklaren, van een vermoedelijke verstoring in de serotonine-huishouding tot problemen met de hypothalamus of nervus vagus. Voor een osteopaat is dat interessant om te weten, vindt Van den Berg: 'Wat duidelijk blijkt, is dat onder deze patiëntengroep veel chronische ontstekingen voorkomen en een verstoring van de HPA-as. Ik ben ervan overtuigd dat we met osteopathie veel kunnen bereiken bij dit soort klachten. Helaas is er te weinig wetenschappelijk onderzoek om dit goed te kunnen onderbouwen bij oncologen en huisartsen. Dus ook hierbij geldt: er is meer onderzoek nodig.'

Te lezen via: tinyurl.com/mechanismes

Rekken en strekken

Het derde stuk, 'Stretching reduces tumor growth in a mouse breast cancer model', vindt ze bijzonder. 'Het is een onderzoek dat is gedaan onder 66 muizen. Ze kregen een injectie met borstkankercellen en werden verdeeld in twee groepen. De ene groep kreeg tien minuten per dag rekoefeningen en de andere groep niet.'

Na vier weken werden de muizen opnieuw onderzocht. Er bleek een opvallend verschil: bij de groep muizen die had gestretcht, was het volume van de tumor 52 procent kleiner dan bij de groep die niks had gedaan. 'Wat je eruit kunt opmaken, is dat het stretchen een verandering teweegbrengt in verschillende processen. Maar daarbij kun je nog niet concluderen hoe immuuncellen en ontstekingsprocessen er daadwerkelijk door veranderen. Het is natuurlijk ook nog maar de vraag of de kleinere groei van de tumor daadwerkelijk door het rekken en strekken komt. Misschien zit het wel meer in krachttraining, doordat de muizen zich verzetten tegen het stretchen. Of misschien gaat de werking van rekoefeningen nog veel verder dan we dachten. Hoewel het artikel niet direct bruikbaar is voor osteopaten, is het toch interessant om te lezen.'

Te lezen via: tinyurl.com/strekken

'Elke kankerbehandeling kan ontaarden in een lang natraject'

Restklachten

Tot slot artikel nummer vier, 'Exercise, inflammation and fatigue in cancer survivors'. Dit stuk gaat over verschillende restklachten na kanker. Vooral vermoeidheid en allerlei ontstekingsreacties komen volgens de onderzoekers veel voor. 'Ik dacht persoonlijk dat chemo meer impact heeft op je lichaam dan bestraling, omdat die laatste meer gelokaliseerd is. Maar blijkbaar kan bestraling net zo goed chronische klachten veroorzaken waar mensen moeilijk van herstellen. Elke behandeling bij kanker kan dus ontaarden in een lang natraject.'

In het artikel wordt onder andere onderzocht wat de meest effectieve behandeling is bij langdurige vermoeidheid. Oefentherapie staat met stip bovenaan. Van den Berg: 'Juist wat je niet wilt doen als je moe bent, is dus de beste oplossing: bewegen. De mate van inspanning zal op den duur een verandering geven in de vermoeidheid. Daarbij zal dit per individu verschillen. Er zal per persoon gekeken moeten worden wat de meest optimale

training is.' Hoe komt het eigenlijk dat beweging zo belangrijk is? 'Kanker en de behandeling daarvan veroorzaken vaak spieraafbraak. Wanneer de spieren weer worden opgebouwd en de lichamelijke conditie verbeterd, zorgt dat vanzelfsprekend voor meer fitheid. Dit is overigens ook iets wat je bij veel oudere mensen ziet. Door de ouderdom neemt de spiermassa af en vaak gaan mensen minder bewegen. Dat heeft veel gevolgen voor de gezondheid, zelfs op de levensduur.'

Osteopaten kunnen volgens Liesbeth van den Berg helpen door een bijdrage te leveren aan het ontwikkelen van soepelheid, door blessures te voorkomen en mensen te motiveren om meer te bewegen. 'Vrijwel alle osteopaten zijn van origine fysiotherapeuten, dus we weten daar genoeg vanaf.' Een minpunt vindt ze dat dit artikel wat gedateerd is: het is uit 2016. Ook wijken sommige cijfers erg af van andere onderzoeken. 'In het tweede artikel dat ik las, staat dat 60-90 procent van de mensen die kanker hebben gehad kampt met restklachten. Dit onderzoek heeft het over 19 tot 38 procent. Op grond van het aantal mensen dat ik in mijn praktijk zie, zou ik denken dat het percentage hoger is.'

Te lezen via: tinyurl.com/kanker-bewegen

Ondersteuning

Als osteopaat krijgt Van den Berg vrijwel dagelijks iemand in haar praktijk die kanker heeft (gehad). Ze is daarom geïnteresseerd in het onderwerp en vindt dat osteopaten goed op de hoogte moeten zijn van de laatste ontwikkelingen. Deze artikelen dragen daar zeker aan bij. 'Ze zijn de moeite waard om te lezen. Ik ben vooral gefascineerd door het effect wat rekoefeningen kunnen hebben. Als osteopaten kunnen we daar in principe iets mee doen. Maar dan moet er wel meer onderzoek gedaan worden.'

Hoewel ze ervan overtuigd is dat osteopathie een ondersteunende en complementerende therapie kan zijn bij kanker, waarschuwt ze ervoor om bij patiënten niet te hoge verwachtingen te wekken. 'Soms zie ik collega's op hun website dingen claimen die naar mijn mening te voorbarig zijn. Bijvoorbeeld dat kanker zich minder snel zou ontwikkelen door osteopathie. Of dat een behandeling het zelfgenezend vermogen ondersteunt. Daar kun je patiënten valse hoop mee geven. We moeten heel duidelijk zijn: nee, wij kunnen kanker niet genezen. Maar we kunnen wel een goede ondersteuning bieden.'