

# Om du funderar på komplementär och alternativ medicin



Information till personer med cancer

## Information till personer med cancer

I samband med din cancerbehandling ställs du och dina närmaste inför många frågor och val. Kanske funderar ni över vad man själv kan göra som komplement till de konventionella behandlingarna (de som erbjuds inom den vanliga hälso- och sjukvården).

### **Att hitta kunskap**

Det är naturligt att du som behandlas för cancer eller dina närmaste vill försöka bemästra situationen med alla medel. Första steget är ofta att skaffa sig mer kunskap. Du hittar en mängd information om Komplementär och Alternativ Medicin (KAM) och cancer på olika håll. Men hur ska informationen värderas? I den här broschyren får du några tips. Ett bra ställe att börja leta pålitlig information är på hemsidor för offentliga institutioner, forskningsinstitutioner och liknande (se listan i slutet av broschyren).

### **Att fatta välgrundade beslut**

Här berättar vi mer om KAM. Syftet är att du och dina närmaste lättare ska kunna fatta välgrundade beslut, utifrån bättre kunskaper. Det kan också underlätta för dig att föra en öppen dialog med dina vårdgivare.

Regionalt Cancercentrum (RCC) Stockholm/Gotland tillhandahåller det här materialet som stöd och vägledning för patienter, anhöriga och andra intresserade. Det är inte ämnat att ersätta råd från din läkare eller annan sjukvårdspersonal.

### **Inga alternativ som botar**

Personer med cancer och deras närmaste frågar sig ibland om det finns alternativ till cytostatika ("cellgifter"), andra cancerläkemedel och strålbehandling vid cancer. Det beror på vad man menar. Om frågan gäller alternativ som kan bota cancer måste svaret bli nej, i alla fall utifrån dagens forskning.

Cytostatika, strålbehandling, hormonell behandling och målinriktade terapier är de enda kända behandlingsmetoderna som effektivt dödar cancerceller. Ingen motsvarande alternativ behandling finns idag som har samma effekt.

Men att ha en cancersjukdom innebär så mycket mer än att ha en eller flera tumörer i kroppen. Ofta påverkas individens och även närståendes hela liv. För den som känner att man själv vill göra något mer för sin hälsa och sitt välbefinnande – utöver vad som erbjuds inom cancervården – kan KAM vara en möjlighet.



## KAM, ett samlingsnamn

KAM är ett samlingsnamn för ett stort antal olika metoder som oftast inte finns tillgängliga inom ramen för den vanliga hälso- och sjukvården. Att de inte tillhandahålls beror exempelvis på att dessa metoder inte studerats vetenskapligt (genom observationer, tester och/eller experiment), att de studier som gjorts inte har tillräcklig beviskraft eller att de inte ingår i vårt hälso- och sjukvårdssystemets kultur och traditioner.

Gränserna mellan konventionell behandling och KAM är inte låsta utan i viss mån flytande över tid beroende på forskningsläget och andra faktorer. Det förklarar varför t ex akupunktur, kiropraktik, naprapati, mindfulness, taktill massage och andra metoder ibland också används inom den konventionella vården.

Man kan grovt dela upp KAM i fem kategorier, se nedan. Trots skillnader mellan metoderna är många frågor som rör användningen gemensamma, vilket vi vill belysa i denna broschyr.

### Fem grupper av KAM-metoder

Inom KAM finns flera hundra metoder.

Metoderna kan i sin tur indelas i fem olika huvudgrupper.

- 1. Själsliga-kroppsliga (mind-body) metoder** innebär att man försöker påverka kroppen via själen och tvärtom (t ex Yoga, Qi gong, meditation, konstnärliga terapier som bild, musik, dans, drama och poesi mm).
- 2. Biologiskt baserade terapier** vilket innebär att man använder sig av substanser som finns i naturen (t ex kosttillskott, naturpreparat, mm).
- 3. Manuella metoder** innebär att en terapeut berör kroppen med händerna (t ex massage, kiropraktik, naprapati mm).
- 4. Energibaserade metoder** utgår från att kroppen har energifält som kan användas för att främja hälsa och välbefinnande. Behandlaren vill påverka energierna genom att trycka på eller röra vid kroppen (t ex Reiki, healing, bioelektromagnetisk terapi, laserterapi mm).
- 5. Alternativa medicinska helhetssystem** har vuxit fram över tid i olika delar av världen. Flera av dessa har ett holistiskt (helhets-) perspektiv och betonar balans som en förutsättning för hälsa. Generellt utgår många av systemen helt eller delvis från kroppsuppfattningar, diagnosmetoder och behandlingar, som saknar motsvarighet i den västerländska medicinen (t ex Traditionell kinesisk medicin, Ayurvedisk medicin, Antroposofisk medicin).

## Människor söker helhet

Människor har olika skäl att efterfråga behandlingar utanför den konventionella hälso- och sjukvården. Men de förenas ofta i ett sökande efter en bredare definition av hälsa, letar lösningar som mer utgår från en helhetssyn på människan som både kroppslig och själslig varelse.

Forskning har visat att personer med cancer ofta vänder sig till KAM för att:

- Få hjälp att handskas med biverkningar av den konventionella behandlingen och symtom av cancersjukdomen.
- Uppleva en högre grad av självbestämmande och delaktighet i sin egen behandling.
- Förbättra sin generella hälsa.

## Till nytta vid stress och obehag

Några av de mest populära former av KAM - som i vetenskapliga studier visat sig kunna vara till nytta för att exempelvis minska stress och obehag - är meditation (exempelvis mindfulness), yoga och qi gong samt olika former av massage. Dessa metoder erbjuds i regel inte inom vården, men om du tror att någon av dessa skulle gynna dig kan du prova dig fram.

Meditation, yoga och qi gong är exempel på metoder som man själv relativt enkelt kan utöva hemma efter att man fått instruktioner. För anpassning till sin egen situation rekommenderas att man åtminstone till en början tar hjälp av en kompetent person i respektive metod.

Akupunktur är ytterligare en välstuderad metod som används både utanför och inom vården för smärta och symtom relaterade till cancersjukdom och behandling.



## Välj behandlare med omsorg

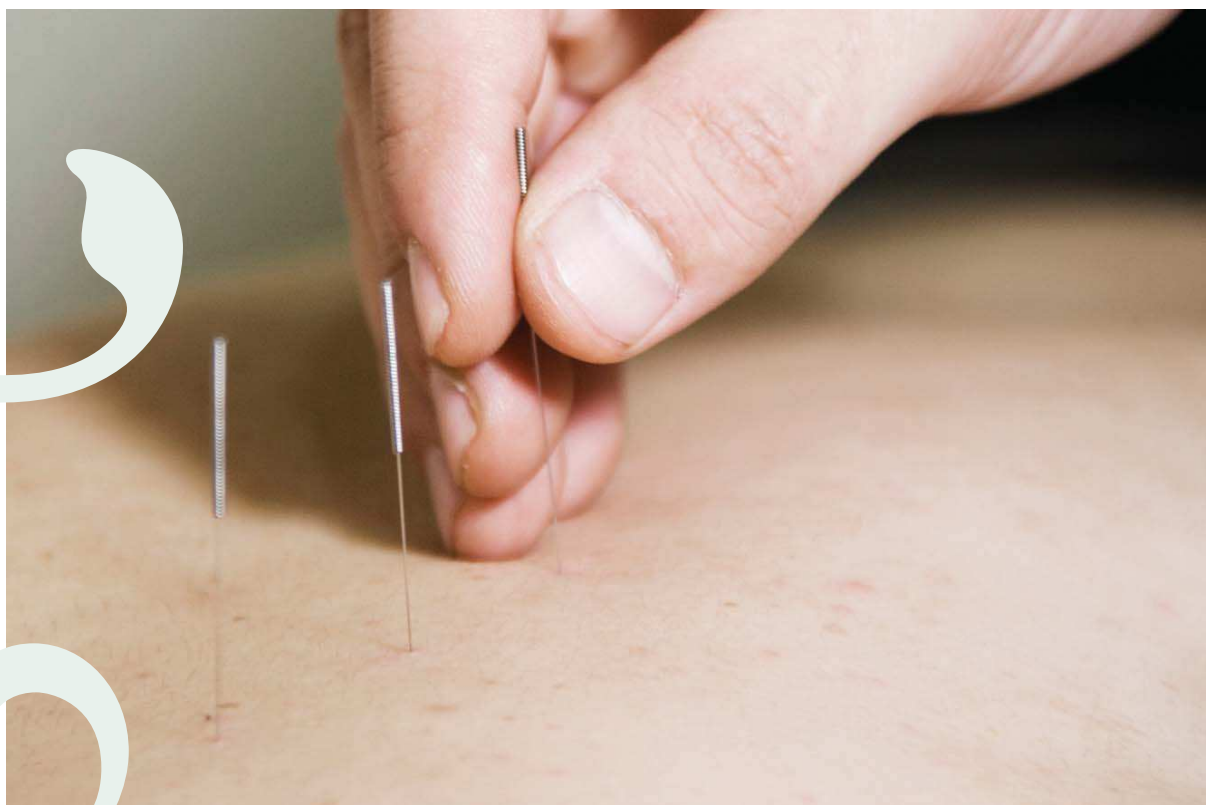
Utövare av KAM kan ha olika typer av utbildning men har i regel ingen svensk yrkeslegitimation. De lyder därför inte under Hälso- och sjukvårdslagen eller under Socialstyrelsens tillsyn. Därför är det särskilt viktigt att välja KAM-behandlare med omsorg.

Ett sätt kan vara att kontrollera om behandlaren tillhör något yrkesförbund och om detta förbund också har etiska riktlinjer. Ett undantag är kiropraktorer och naprapater, som ofta ses som KAM-utövare, trots att de har yrkeslegitimation och arbetar under samma tillsyn som annan legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal.

Generellt gäller att använda sunt förnuft vid valet av komplementära behandlingsmetoder, se gärna Fyra frågor om KAM, se sid 7.

Som redan nämnts utövas vissa behandlingar som traditionellt räknas till KAM, t ex akupunktur och massage, ibland av legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal inom den vanliga hälso- och sjukvården.

Enligt Patientsäkerhetslagens (2010:659) femte kapitel får inte andra än legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal behandla *själva cancersjukdomen*.



## Fyra frågor om KAM

Om du har cancer och funderar på att pröva en KAM-behandling, kan det vara en god idé att resonera kring detta med någon person du har förtroende för samt fundera över följande saker:

### **1. Vilka är dina syften med KAM-behandlingen? Hur ska du kunna avgöra om och när målen har uppnåtts?**

Här kan du fundera över vad du egentligen söker: lindring, bot eller något annat? Hur realistiska är dina förväntningar? Hur mycket vet du om behandlingen; är det troligt att den kan hjälpa dig?

### **2. När, hur ofta och hur länge tänker du använda KAM-behandlingen?**

Vissa KAM-metoder är säkra att använda tillsammans med din vanliga cancerbehandling och vård, andra inte. Det är viktigt att ta reda på om din metod fungerar bäst före, under eller efter den vanliga cancerbehandlingen. Det kan även vara en bra idé att formulera personliga delmål för behandlingen.

### **3. Har KAM-metoden några biverkningar? Går det bra att använda den tillsammans med din cancerbehandling, eller kan det uppstå negativa samverkans effekter?**

Tala gärna med dina läkare och dina KAM-behandlare om detta, om du provar eller överväger att prova KAM-metoder.

### **4. Vilken yrkesbakgrund har behandlaren, vilka yrkesmässiga erfarenheter har hen av att behandla patienter som också har cancer, och är hen positivt inställd också till konventionell behandling?**

Tala gärna med dina läkare och dina KAM-behandlare om detta. Om dina olika vårdgivare är negativa till varandra, kan det innebära en konflikt för dig.

## “Naturligt” varken ofarligt eller överksamt

Flera av de cancerläkemedel som nu ingår i rutinbehandlingar har sitt ursprung i extrakt från växter. De är kraftigt verkande farmakologiska substanser med både verkningar och biverkningar. Att örter eller andra preparat i modifierad eller ursprunglig form kommer från naturen betyder alltså inte att de är ofarliga. Den här texten syftar till att upplysa om hur man kan använda naturpreparat på ett säkert vis och framför allt vilka situationer man bör undvika.

Det finns inga naturpreparat som i Sverige säljs lagligt med påståenden om att påverka själva cancersjukdomen. Däremot finns växtbaserade läkemedel innehållande mistel som är godkända att användas som stödjande behandling. Dessa läkemedel behöver förskrivas och anpassas individuellt av läkare med tidigare erfarenhet av dessa preparat (se Läkemedelsverkets hemsida, länk och sökord, sid 17).

En del av den forskning som pågår kring naturpreparat och deras möjliga positiva effekter vid cancersjukdom omnämns nedan.

## Viktigt kontrollera kvalitet

Kvaliteten på kosttillskott och andra naturpreparat kan variera stort. De flesta produkter säljs utan recept eller rekommendation från en läkare. De genomgår heller ingen regelmässig kvalitetskontroll. Det är oftast producenten och/eller säljaren som garanterar att produkten är säker. Det har förekommit rapporter om skadliga ämnen (föroreningar) i en del importerade naturpreparat från Kina och Indien. Som konsument avgör du därför själv vad som är bäst för dig. Mer information om kosttillskott finns på Livsmedelsverkets hemsida.

Vissa naturpreparat har dock genomgått liknande studier och kvalitetskontroller som andra läkemedel. I vissa fall har Läkemedelsverket granskat och godkänt produkterna som läkemedel. Dessa är märkta på förpackningen med namnet **växtbaserade läkemedel**, **traditionella växtbaserade läkemedel** eller **naturläkemedel**. Det innebär att de är säkra och av god kvalitet när de används enligt instruktionerna på förpackningen. Mer information om dessa läkemedel finns på Läkemedelsverkets hemsida, se sid 17.



## Natursubstanser och vissa läkemedel kan påverka varandra

Vissa ämnen i kosten kan förstärka eller försvaga effekterna av vissa läkemedel, exempelvis cytostatika. Ett sådant exempel är grapefruktjuice, som i mängder av 1 glas/dag kan påverka nedbrytningen av vissa läkemedel som intas genom munnen särskilt hos äldre personer. Därför kan läkare avråda från att dricka grapefruktjuice under behandling med enskilda cytostatikasorter som tas i tablettform.

Naturpreparat kan också påverka nedbrytningen av läkemedel. Nedan listas de viktigaste kända negativa samverkans effekterna. Visa den gärna för din läkare, om du vill använda något av de nämnda preparaten under cancerbehandlingen.

## Misstänkt negativ samverkan mellan viss cancerbehandling och naturpreparat

Naturpreparat	Misstänkt negativ samverkan vid samtidig cancerbehandling
Ginkgo (Ginkgo biloba)	Alkylerande medel (t ex cyklofosfamid, ifosfamid), platinaföreningar (t ex cisplatin, karboplatin), cytotoxiska antibiotika (t ex bleomycin, mitomycin), taxaner, tyrosinkinashämmare, vinca-alkaloider, irinotekan, topotekan, etoposid
Grönt té (Camelia sinensis)	Erlotinib, pazopanib
Johannesört (Hypericum perforatum)	Alla typer av cytostatika
Valeriana (Valeriana officinalis)	Tamoxifen, cyklofosfamid

En del naturpreparat har också visat sig ge ökad blödningsrisk och ska därför inte användas i samband med vissa blodförtunnande läkemedel och i samband med operation, se följande sida.

## Negativ samverkan mellan vissa blodförtunnande medel och naturpreparat

Följande vanliga naturpreparat påverkar blödningstiden. Om du använder något blodförtunnande medel som exempelvis fragmin eller acetylsalicylsyra (finns i vissa läkemedel mot smärta), bör du därför undvika följande växter i koncentrerad form (preparat).

Vitlök (*Allium sativum*)  
Ingefära (*Zingiber officinale*)  
Ginkgo (*Ginkgo biloba*)  
Ginseng (*Panax ginseng*)



Visa gärna listan för din läkare om du vill använda något av ovanstående naturpreparat och är osäker om du står på blodförtunnande medel.

## Operation och naturpreparat

Gör uppehåll i användningen av nedanstående naturpreparat en vecka innan operation:

Ginkgo (*Ginkgo biloba*)  
Vitlök (*Allium sativum*)  
Ginseng (*Panax ginseng*)  
Johannesört (*Hypericum perforatum*)  
Valeriana (*Valeriana officinalis*)



## Forskning pågår

Det finns en mängd naturpreparat och livsmedel som möjligen kan vara av nytta vid cancersjukdomar, men det är mer eller mindre omtvistat. De flesta forskningsstudier av kosttillskott eller livsmedel i samband med cancersjukdom är små eller genomförda på djur eller på celler. Därför går det inte att direkt överföra slutsatserna till människan.

Exempelvis har grönt té, gurkmeja och granatäpple både använts i lång tid och visat bra resultat i sådana studier. Det finns också ämnen i livsmedel som tycks kunna hämma cancer under vissa omständigheter. Det gäller exempelvis ämnet lykopen som finns i tomater. Man vet ännu för lite för att kunna ge några speciella rekommendationer inom området. För mer information kring forskning om olika naturpreparats möjliga verkan, se länkhänvisningar sid 17-18.

## Fytoöstrogener omtvistade

En del naturpreparat som används för att lindra klimakteriebesvär innehåller hormonliknande ämnen, så kallade fytoöstrogener.

Det är omtvistat om det är till nytta eller skada att ta preparat innehållande fytoöstrogener då man har haft hormonkänslig bröstcancer. I vissa studier har man sett att fytoöstrogener kan stimulera tillväxten av cancerceller medan andra studier visar en cancerskyddande effekt. Därför avråder vissa läkare från användning. Vad gäller soja verkar måttlig konsumtion i mat vara ofarligt eller till och med fördelaktigt. Användning av soja i form av kosttillskott kan hittills inte rekommenderas efter en hormonkänslig bröstcancer.

Forskning har visat att preparat innehållande fytoöstrogener teoretiskt skulle kunna påverka effekten av läkemedlen tamoxifen och aromatashämmare. I avvaktan på mer kunskap inom området väljer en del läkare därför att avråda från samtidig användning av fytoöstrogener och hormonbehandling vid bröstcancer.

## Exempel på växter som innehåller fyto(växt)östrogener

Rödklöver (*Trifolium pratense*)  
Angelikarot (*Angelica officinalis*)  
Lakritsrot (*Glycyrrhiza glabra*)  
Ginseng (*Panax ginseng*)  
Läkesilverax (*Cimicifuga racemosa*)  
Soja (*Glycine max*)



## Antioxidanter under cancerbehandling

Antioxidanter finns i maten vi äter (bl a i grönsaker och frukt). De kan också intas i form av kosttillskott. Antioxidanter i maten är viktiga för kroppens funktioner. Inget tyder på att man kan få för mycket av dessa via kosten. Däremot är det mer oklart hur kroppen påverkas av antioxidanter i form av kosttillskott. Inget kosttillskott bör användas för att ersätta en fullvärdig kost.

Antioxidanter skyddar kroppens celler genom att hämma oxidanter, så kallade fria radikaler. Fria radikaler uppstår i samband med strålbehandling och vissa cytostatikakurer. De fria radikalerna förstör cancerceller men dessvärre också friska celler. Det gör att man kan få biverkningar av cancerbehandlingen. Teoretiskt sätt kan antioxidanter lindra biverkningar genom att skydda cellerna, men samtidigt riskerar de att minska cancerbehandlingens effektivitet.

På senare år har många studier gjorts för att undersöka nyttan och riskerna med att ta antioxidanter som kosttillskott under cancerbehandling. Det man vet säkert är att man inte ska använda antioxidanter om man röker och får strålbehandling. Dessutom har man fått kunskap om vissa typer av cytostatika där antioxidanter ska undvikas (se nedan). Den eventuella nyttan eller risken med att använda antioxidanter i övriga situationer är ännu omtvistad och behöver beforskas mer. Tills man vet mera säkert är det klokt om du diskuterar eventuell användning med din cancerläkare för att det kan bero på just din specifika sjukdomssituation vilket råd man vill ge just dig.

## Vanliga antioxidanter och substanser med antioxidantaktivitet

### Klassiska antioxidanter:

- C-vitamin
- E-vitamin ( tokoferoler)
- Betakaroten
- Selen
- Zink

### Substanser med antioxidantaktivitet:

- Q10 (ubikvinon)
- Glutamin
- Glutation
- Melatonin
- Isoflavonoider från soja

## Exempel på cancerbehandlingar som fungerar genom fria radikaler med vilka du därför inte samtidigt ska använda antioxidanter

- Antracykliner (t ex doxorubicin)
- Platinumhaltiga substanser (t ex cisplatin, karboplatin)
- Alkylerare (t ex cyklofosfamid, ifosfamid)
- Cytotoxiska antibiotika (t ex bleomycin, mitomycin-C)

### Böcker

Det finns ett stort antal böcker om olika KAM-terapi och om cancer. Var medveten om att om en bok bara har en författare, får du oftast bara en persons synpunkter.

Tänk på att den tillgängliga kunskapen ändras hela tiden. Försök hitta aktuell och pålitlig information.



## Kritisk inställning till nätet

Internet kan vara en utmärkt informationskälla men rymmer också en uppsjö av opålitlig medicinsk information. Du bör alltid ha en kritisk inställning och använda ditt sunda förnuft. När du tar del av informationen på en webbplats kan det vara bra att tänka på följande:

- Låter det för bra för att vara sant, så är det nog inte sant heller. Var på din vakt mot formuleringar som "mirakel", "botemedel", "hemlig formel", att metoden ifråga skulle fungera "på alla cancerformer" eller att den "helt saknar biverkningar".
- När är sidan uppdaterad?
- Vem står för informationen? Finns kontaktuppgifter? Vem finansierar sidan?
- Verkar informationen vara grundad i fakta eller snarare i någons känslor eller åsikter?
- Hänvisar man till några vetenskapliga studier, och går de i så fall att hitta?
- Till vilka andra hemsidor länkar hemsidan?

## Cancer i andra medier

Bakom medieinslag i tidningar, tidskrifter, radio och TV kan det stå experter som vårdpersonal och forskare. Vanligast är dock att det är journalister, som kan vara mer eller mindre välinformerade och omdömesgilla. Specialiserade vetenskaps- och medicinjournalister har oftast bättre kunskap och erfarenhet än allmänreportrarna.

Tänk på att, även när det gäller massmedia, läsa kritiskt. Vissa artiklar kan vara skrivna på beställning av företag eller andra med egenintressen. För att bedöma trovärdigheten i ett medieinlägg kan du använda en del av punkterna i förra stycket.

Om medieinslagen innehåller påståenden om KAM, så är sannolikheten att de är trovärdiga högre om:

- Författarna har expertkunskaper på området
- Författarna uppger varifrån de fått sin information
- Medieinslaget har granskats av experter
- Medieföretaget saknar bindningar till annonsörer eller andra organisationer



## Försiktighet med goda råd

I en svår livssituation är det ofta oerhört positivt att dela sina erfarenheter med andra med liknande erfarenheter. Men det kan vara bra att vara försiktig med goda råd från patienter eller anhöriga på chat-forum, sociala medier, bloggar m m, då de inte säkert går att tillämpa på just din situation.

## Utgå från flera länkar

Det kan vara bra att utgå från en bred samling länkar när man söker information om cancer och KAM. RCC kan inte garantera vederhäftigheten för länkarna nedan, men de är utvalda för att representera olika perspektiv, mer än en enda "sanning".





## **KAM, internationellt**

Hemsida för amerikanska National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH), NIH, National Institutes of Health. Bland mycket annat finns en översiktlig information om naturpreparats indikationer och kontraindikationer (ej specifikt i samband med cancer).

[www.nccih.nih.gov](http://www.nccih.nih.gov) -> herbs at a glance -> health/tips/cancer

Allmänt om kommunikation kring KAM för både vårdgivare och patienter. Sammanställd av amerikanska National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH), NIH.

[www.nccih.nih.gov](http://www.nccih.nih.gov) -> Time to talk

Exempel på centra som på olika sätt jobbar med frågor kring Integrativ Medicin: Arizona Center for Integrative Medicine.

[www.Integrativemedicine.arizona.edu](http://www.Integrativemedicine.arizona.edu)

Academy of Integrative Health & Medicine.

[www.aihm.org](http://www.aihm.org)

Osher Center for Integrative Medicine. University of California, San Francisco.

[www.osher.ucsf.edu](http://www.osher.ucsf.edu)

## **Sverige**

Allmänt om KAM vid cancer. Information sammanställd av svenska Cancerfonden.

[www.cancerfonden.se](http://www.cancerfonden.se) -> komplementär och alternativmedicin

Information om godkända och kontrollerade växtbaserade läkemedel och naturläkemedel från svenska Läkemedelsverket.

[www.lakemedelsverket.se](http://www.lakemedelsverket.se) -> växtbaserade läkemedel -> listor över godkända/registrerade produkter

Populärvetenskapliga sammanställningar om KAM. Sajten drivs av svenska forskningsstiftelsen I C - The Integrative Care Science Center.

[www.integrativecare.se](http://www.integrativecare.se)

Hemsida till Vidarkliniken, sjukhus och vårdcentral med antroposofisk/integrativmedicinsk inriktning.

[www.vidarkliniken.se](http://www.vidarkliniken.se)

## KAM och cancer

Information om KAM och specifika KAM-metoder inklusive vetenskaplig evidens om effekter och biverkningar. Sammanställd av amerikanska National Cancer Institute (NCI), NIH.

[www.cancer.gov](http://www.cancer.gov) -> CAM -> Cancer topics pdq cam

Häfte om kommunikation och KAM vid cancersjukdom för vårdgivare och patienter sammanställd av Office of Cancer Complementary and Alternative Medicine (OCCAM) vid National Cancer Institute, USA.

[www.cam.cancer.gov](http://www.cam.cancer.gov) -> Health information -> For patients -> Talking about Complementary and Alternative Medicine with Health Care Providers: A Workbook and Tips

Projektet "Concerted Action for Complementary and Alternative Medicine Assessment in the Cancer Field" (CAM-Cancer) har sammanfattat vetenskaplig information om KAM vid cancersjukdomar. Projektet var ursprungligen ett EU-projekt och tillhör nu det norska Nasjonalt informasjonsenter for alternativ behandling (NIFAB) vid Universitetet i Tromsø, Norge.

[www.cam-cancer.org](http://www.cam-cancer.org)

Databas om specifika naturpreparat och övriga KAM vid cancer, inklusive information om interaktionsrisker (negativ samverkan). Sammanställd av Memorial Sloan Kettering Integrative Medicine Program, NYC, USA. De har även en bra app om växter, kosttillskott och KAM-metoder ("About Herbs") att ladda ner.

[www.mskcc.com](http://www.mskcc.com) -> about herbs, botanicals & other products -> integrative medicine

Centrum för Integrativ Onkologi vid MD Anderson Cancer Center, University of Texas Integrative Medicine Centre vid MD Anderson Cancer Center, University of Texas

[www.mdanderson.org](http://www.mdanderson.org)

Information om KAM vid cancer. Sammanställd av norska Nasjonalt informasjonsenter for alternativ behandling (NIFAB).

[www.nifab.no](http://www.nifab.no) ->kreft og alternativ behandling

Internationellt förbund för vårdgivare inom Integrativ Onkologi, Society for Integrative Oncology

[www.integrativeonc.org](http://www.integrativeonc.org)

## Definitioner

KAM är en vedertagen förkortning för Komplementär- och Alternativ Medicin.

### **Komplementärmedicin**

Med komplementär medicin menas behandlingar som används samtidigt med – som ett komplement till – offentlig hälso- och sjukvård.

Ett exempel är akupunktur, som ibland används samtidigt som annan behandling mot cancer, exempelvis för att lindra illamående orsakat av den konventionella behandlingen.

### **Alternativmedicin**

Med alternativ medicin menas behandlingar som används istället för vanlig hälso- och sjukvård.

Ett exempel vore att patienten skulle äta en viss kost för att behandla sin cancer och då avstå från att genomgå den medicinska behandlingen som en läkare ordinerar.

### **Integrativmedicin**

Integrativ medicin/vård bekräftar betydelsen av patient-behandlarrelationen, inriktar sig på personen som helhet, vägleds av evidens och tillämpar alla angreppssätt, kunskapsområden och kategorier av vårdpersonal, som är behandlingsmässigt lämpliga för att uppnå optimal hälsa och optimalt helande.

Ett exempel vore att patient och vårdgivare tillsammans tar fram en individuell behandlingsplan som både innehåller vanlig cancerbehandling och relevanta komplementära metoder.



## **Författare:**

Kathrin Wode, Överläkare, Specialist i onkologi

Johanna Hök, Leg apotekare, MSc., Med.dr.

David Finer, Med. lic., Medicinjournalist

Materialet har granskats av experter och patientföreträdare inom cancervården. Regionalt cancercentrum Stockholm - Gotland ansvarar för materialet. December 2015.

Området cancer och KAM är mycket omfattande. Vi har inte haft ambitionen att ge en heltäckande beskrivning av fältet i den här broschyren men väl att täcka in viktiga fakta. Vi friskriver oss från ansvar för eventuella brister i materialet. I andra industriländer satsas bokstavligen miljarder på forskning, undervisning och kommunikation kring KAM. I Sverige arbetar än så länge ett fåtal individer, grupperingar och institutioner inom området.

Denna broschyr med tillhörande källförteckning ligger på Regionalt Cancercentrum Stockholm - Gotlands hemsida [www.cancercentrum.se/stockholm-gotland/](http://www.cancercentrum.se/stockholm-gotland/)