

I trattamenti non convenzionali nel malato oncologico



aimac

La Collana del Girasole

I trattamenti non convenzionali nel malato oncologico

Legenda

Per praticità di consultazione a lato del testo sono stati inseriti dei riquadri contraddistinti da piccole icone, ognuna delle quali ha il seguente significato:



richiama l'attenzione su alcuni concetti espressi nel testo a fianco



definizione di un termine tecnico



rimando ad altri libretti della Collana del Girasole o ad altre pubblicazioni di Aimac



rimando a altri siti internet

Revisione critica del testo: **M. Bonucci** (ARTOI); **A. Geraci** (Istituto Superiore di Sanità)

Editing: **C. Di Loreto** (Aimac)

Questa pubblicazione è stata realizzata nell'ambito del Progetto SION "Program of information to cancer patients" finanziato dalla Stavros Niarchos Foundation (www.snf.org).

Terza edizione: maggio 2018

© Aimac 2018. Tutti i diritti sono riservati. La riproduzione e la trasmissione in qualsiasi forma o con qualsiasi mezzo, elettronico o meccanico, comprese fotocopie, registrazioni o altro tipo di sistema di memorizzazione o consultazione dei dati sono assolutamente vietate senza previo consenso scritto di Aimac.

Pur garantendo l'esattezza e il rigore scientifico delle informazioni, Aimac declina ogni responsabilità con riferimento alle indicazioni fornite sui trattamenti, per le quali si raccomanda di consultare il medico curante, l'unico che possa adottare decisioni in merito.

Indice

- 5 Prefazione
- 7 Introduzione
- 6 Che cosa si intende per trattamenti convenzionali e non convenzionali?
- 8 Quando il malato di cancro guarda ai rimedi non convenzionali?
- 11 Perché i malati di cancro tendono a non parlare dei trattamenti non convenzionali?
- 12 Quali sono i principali trattamenti non convenzionali?
 - 12 Metodi basati sull'approccio psicologico
 - 13 Metodi basati su vari tipi di manipolazioni
 - 15 Metodi basati su elementi biologici
- 22 Che cosa chiedere al proprio medico?
- 24 Dove e come documentarsi
- 26 Indirizzi utili
- 31 Link utili
- 32 Bibliografia



Prefazione

L'introduzione di nuove terapie mirate nella cura dei tumori sta decisamente aumentando il numero delle persone guarite ed anche la sopravvivenza globale. Non sempre, tuttavia, questi risultati hanno coinciso con un'adeguata qualità di vita dei malati di cancro. In effetti più del 50% delle persone con tumore ricorre a trattamenti non convenzionali per lenire gli effetti collaterali delle terapie classiche. Purtroppo in alcuni casi, per mancanza di conoscenza, le terapie convenzionali sono sostituite con prodotti e trattamenti che non sono in grado, da soli, di curare la malattia. Le pratiche di medicina non convenzionale provengono da paesi lontani quali India, Cina, Giappone, o sono "tesoro culturale" dell'Europa, come avviene per l'omeopatia e la medicina antroposofica. È pertanto opportuno un confronto con culture, paesi, punti di vista e approcci terapeutici differenti, tenendo sempre presente, però, un unico obiettivo: migliorare la qualità della vita dei pazienti.

Questo confronto culturale ci porta a vedere sotto una nuova luce l'approccio terapeutico non convenzionale, tenendo conto della globalizzazione dei trattamenti. Perché uno specifico rimedio terapeutico che in Italia è considerato "alternativo" è "complementare" in Europa del Nord e diventa "pratica medica ufficiale" in Estremo Oriente? In virtù di questo, la medicina complementare e alternativa, la cosiddetta "CAM"¹ viene oggi a pieno titolo rinominata "medicina integrata", considerando il termine nella sua globalità.

Tuttavia, va ricordato che tutti i trattamenti "integrati" non sono sempre innocui e possono interferire, a volte anche negativamente, con le terapie convenzionali; per tale mo-

1. Acronimo dall'inglese *Complementary and Alternative Medicine*.

tivo i pazienti devono essere informati di che cosa possono o non possono assumere durante i trattamenti ufficiali, compreso tutto ciò che rientra tra i prodotti naturali, perché naturale non è sinonimo di innocuo. È pertanto molto importante che i pazienti riferiscano sempre all'oncologo ciò che assumono.

Già nel 2005, Aimag e l'Istituto Superiore di Sanità vollero approfondire questi aspetti relativamente a una corretta informazione per i malati di cancro organizzando un importante convegno internazionale a cui hanno partecipato esponenti autorevoli di importanti istituzioni operanti in ambito sanitario (Accademia di Comunicazione - Milano; Centro Collaborante OMS per la Medicina Tradizionale, Università di Milano; Organizzazione Mondiale per la Sanità; *National Cancer Institute* - USA; *National Center for Complementary and Alternative Medicine* (denominato attualmente *National Center for Complementary and Integrative Health*), NIH - USA; Università di Manchester, UK; Università di Napoli). In tale occasione fu presentata e condivisa la prima edizione di questo libretto. A seguito di nuove conoscenze nell'ambito dei trattamenti non convenzionali, Aimag e l'Istituto Superiore di Sanità, con la collaborazione dell'Associazione Ricerca di Terapie Oncologiche Integrate (ARTOI), hanno ritenuto di aggiornare la prima edizione per una migliore informazione dei malati e anche dei medici, offrendo la possibilità di migliorare la qualità della vita anche attraverso trattamenti non convenzionali suggeriti dalla medicina integrata.

Francesco De Lorenzo
Presidente
Aimag

Stefano Vella
Direttore Centro Nazionale
per la Salute Globale
Istituto Superiore di Sanità

Introduzione

L'obiettivo di questo libretto, che ha carattere puramente informativo, è di aiutare i malati di cancro ed anche i loro familiari e amici ad avere corrette informazioni sulle terapie non convenzionali e su dove reperire indicazioni attendibili per poter, quando possibile, integrare i trattamenti convenzionali e non convenzionali. Naturalmente, questo libretto non contiene indicazioni utili a stabilire quale sia il trattamento migliore per il singolo caso, in quanto l'unico a poterlo fare è il medico curante che è a conoscenza di tutta la storia clinica del paziente.

Per ulteriori informazioni è disponibile il servizio offerto dall'helpline di Aimag, un'équipe di professionisti esperti in grado di rispondere ai bisogni dei malati di cancro e dei loro familiari, dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 19.00 - numero verde 840 503579, e-mail info@aimac.it.

Che cosa s'intende per trattamenti convenzionali e non convenzionali?



I trattamenti non convenzionali hanno caratteristiche che il malato di cancro e chi ne ha cura devono conoscere, per capire e farsi capire.



Radioterapia: trattamento che consiste nell'erogazione di radiazioni ad alta frequenza per distruggere le cellule neoplastiche e ridurre le dimensioni del tumore.

Chemioterapia: trattamento che distrugge le cellule neoplastiche attraverso la somministrazione di farmaci, che possono essere assunti per bocca in forma di compresse, oppure iniettati per via endovenosa o intramuscolare.

Nel contesto di questo libretto i seguenti termini sono utilizzati con il significato indicato a fianco.

Trattamenti: con tale termine si indicano tutte quelle pratiche che possono migliorare le condizioni fisiche e la qualità della vita del paziente anche se non vi è certezza sulla loro reale capacità di favorire la guarigione. I trattamenti possono essere:

- **convenzionali:** sono quelli utilizzati dai medici (chirurgia, **radioterapia** e **chemioterapia**), che sono stati validati da numerosi studi clinici e la cui efficacia è universalmente riconosciuta;
- **non convenzionali:** sono tutti i metodi che non rientrano tra i trattamenti convenzionali. Si suddividono in:
 - *trattamenti complementari:* sono utilizzati come *integrazione* o, come indica la definizione, complemento ai trattamenti convenzionali;
 - *trattamenti alternativi:* sono utilizzati in *sostituzione* dei trattamenti convenzionali.

Gli approcci terapeutici globali che coinvolgono il corpo, la mente e lo spirito (medicina cinese, ayurvedica, ecc.) possono essere classificati come trattamenti integrati.

La distinzione tra trattamenti complementari e alternativi non è rigorosa; in ogni caso è sempre bene considerare "alternativo" tutto ciò che viene usato in sostituzione delle terapie convenzionali, e per tale motivo la scelta deve essere sempre condivisa con il medico curante.

Presso varie strutture del Servizio Sanitario Nazionale sono disponibili alcuni trattamenti complementari - prevalentemente agopuntura, omeopatia, fitoterapia, medicina tra-

dizionale cinese, floriterapia di Bach, massaggi shiatsu, riflessologia plantare, omotossicologia ma anche *tai chi*, *qi gong*, reiki, meditazione, *mindfulness*, musicoterapia, arteterapia. Una nota a parte merita l'ipertermia, una forma di trattamento che utilizza le proprietà terapeutiche del calore, la cui efficacia, pur supportata da numerosi studi scientifici, non è stata ancora universalmente riconosciuta al punto da inserirla nei protocolli terapeutici antitumorali.

Quando il malato di cancro guarda ai trattamenti non convenzionali?

Negli ultimi anni l'interesse per l'informazione sulla salute è notevolmente aumentato. L'aspirazione al vivere meglio si riscontra nell'acquisizione di stili di vita più regolari, di un'alimentazione più sana e di cure 'dolci' che tengano conto di fattori quali l'equilibrio tra corpo e mente. Anche i malati di cancro avvertono sempre più la necessità di un approccio che curi la 'persona' nella sua globalità e non soltanto la sua condizione fisica. Per tale motivo usano sempre più spesso i trattamenti non convenzionali, che possono sostenere le cure tradizionali e contribuire al miglioramento della qualità della vita.

In tempi recenti l'utilizzo dei trattamenti non convenzionali da parte dei pazienti e la loro pratica da parte dei terapisti sono in continuo aumento non soltanto negli Stati Uniti, ma anche in Europa. L'Italia è il paese in cui i malati di cancro fanno più ricorso alle cure non convenzionali. Nonostante ciò, l'informazione e i finanziamenti per la ricerca e la sperimentazione dei trattamenti non convenzionali sono ancora allo stato iniziale, mentre in altri paesi assorbono una grande fetta di investimenti.



L'utilizzo dei trattamenti non convenzionali da parte dei pazienti e la loro pratica da parte dei terapisti sono in continuo aumento negli Stati Uniti e anche in Europa. L'Italia è il paese in cui i malati di cancro fanno più ricorso a tali trattamenti.



Sperimentazione clinica: è una ricerca condotta su esseri umani allo scopo di verificare gli effetti clinici e farmacologici, come pure le reazioni avverse di un farmaco. È sinonimo di studio clinico o trial clinico, espressione ripresa dall'inglese ma molto diffusa.



www.fnomceo.it



www.who.int

Le informazioni sui trattamenti complementari e alternativi, in conseguenza anche dei nuovi risultati della ricerca di base e della **sperimentazione clinica**, devono essere sempre discusse con il medico curante per evitare un doppio danno: lo stress del malato, impegnato a 'nascondere' le sue scelte di rimedi non ufficiali, e i rischi che possono derivare da trattamenti non controllati.

È, inoltre, importante segnalare il fenomeno dell'interferenza tra e con i farmaci, ossia l'interazione che avviene nel momento in cui s'introducono nel nostro organismo prodotti farmacologicamente attivi, naturali o di sintesi, siano essi convenzionali o non. In questo modo, si può compromettere l'attività terapeutica di ciascuna sostanza, con il risultato di una riduzione o talvolta di un potenziamento del suo effetto, che nei casi più gravi può giungere sino all'intossicazione.

Dei trattamenti non convenzionali si sono interessate anche le maggiori istituzioni scientifiche. Tra queste, la Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri (FNOMCeO), che nel dicembre 2009 ha stabilito che le medicine e le pratiche non convenzionali, riconosciute in Italia come atti medici sono sette: agopuntura, fitoterapia, medicina ayurvedica, medicina antroposofica, medicina omeopatica, medicina tradizionale cinese, omotossicologia. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) pone l'accento sulla necessità di una vigilanza da parte dei singoli governi, affinché si attui una progressiva integrazione tra trattamenti convenzionali e non convenzionali, basata sui risultati scientifici e sulla diffusione del maggior numero di informazioni.

Perché i malati di cancro tendono a non parlare dei trattamenti non convenzionali?

I malati di cancro ricorrono ai trattamenti non convenzionali principalmente per:

- controllare meglio gli effetti indesiderati dei trattamenti antitumorali, quali nausea, dolore e senso di stanchezza;
- ridurre l'ansia e lo stress;
- trattare o curare la malattia con metodi differenti;
- perdita di fiducia nel trattamento convenzionale che non ha portato all'effetto sperato;
- assumere un ruolo più attivo nelle decisioni terapeutiche.

A ciò si aggiunga che a volte il paziente è insoddisfatto della relazione con il medico curante, perché costui non riesce a dedicargli tutto il tempo necessario per fornire maggiori informazioni sulla malattia, sul decorso e sulle possibilità di cura. Inoltre, ritenendo che il medico sia pregiudizialmente contrario ai trattamenti complementari e alternativi, il paziente vi ricorre spesso senza comunicarlo al medico, perché questa scelta si basa su informazioni acquisite da parenti, conoscenti e/o mezzi di informazione. Quest'atteggiamento di chiusura può risultare pericoloso e avere conseguenze molto negative, specialmente quando il trattamento non convenzionale comporta la sospensione del trattamento convenzionale.

È importante consultare sempre il medico curante prima di prendere iniziative personali in tema di terapie allo scopo di verificare che tutti gli aspetti dell'assistenza, che il caso richiede, siano orientati al benessere e al miglioramento della qualità della vita. È questo un punto molto importante perché ciò che può sembrare innocuo – certi **integratori** o farmaci, ad esempio – potrebbe, in realtà, interferire negativamente con il trattamento antitumorale convenzionale.



I pazienti ricorrono ai trattamenti non convenzionali per:

- controllare meglio gli effetti collaterali;
- ridurre l'ansia;
- avere un ruolo più attivo nel rapporto con i medici;
- contrastare la malattia con metodi differenti.

I pazienti temono:

- lo scetticismo dei medici;
- l'inefficacia totale/parziale delle cure della medicina ufficiale.

È importante consultare sempre il medico curante prima di prendere iniziative personali in tema di terapie.



Integratori: prodotti che integrano la comune dieta e che costituiscono una fonte concentrata di sostanze naturali e nutritive, quali enzimi, vitamine e minerali.

Quali sono i principali trattamenti non convenzionali?

Si descrivono di seguito sinteticamente alcuni dei trattamenti non convenzionali più comuni cui fanno generalmente ricorso i malati di cancro. Per praticità di consultazione si è distinto tra metodi basati sull'approccio psicologico, su vari tipi di manipolazioni e su elementi biologici.

Metodi basati sull'approccio psicologico

Lo scopo principale dei metodi basati sull'approccio psicologico è fornire un supporto che consenta al malato e ai suoi familiari di gestire lo stress associato alla comunicazione della diagnosi e alle varie fasi dell'iter terapeutico; che attenui l'ansia e la depressione aiutando il malato a riattivare le risorse psichiche necessarie ad affrontare la malattia; che aiuti la famiglia ad integrare l'esperienza della malattia all'interno della propria storia, a sviluppare modalità più positive e funzionali nell'organizzazione quotidiana fino all'eventuale elaborazione del lutto. È stato, ad esempio, dimostrato che il sostegno psicologico ha effetti positivi sul sistema immunitario e sulla salute in generale, e che i malati di cancro possono vivere di più e meglio se si interviene contro la depressione. Ciò, in particolare, è stato osservato sulle donne affette da tumore della mammella, che hanno fatto registrare una sopravvivenza molto più elevata rispetto a quelle che non hanno seguito un programma di supporto psicologico.

L'intervento di sostegno psicologico può rivolgersi al singolo individuo o a un gruppo, intendendo con questo termine non solo un gruppo di pazienti, ma anche un gruppo di familiari, tenuto conto del fatto che la diagnosi di una malattia come il cancro può sconvolgere l'equilibrio di tutto la famiglia.

I gruppi sono focalizzati sull'esperienza della malattia e sulla condivisione dei vissuti ad essa collegati. I gruppi più comuni sono quelli di auto-aiuto e quelli condotti da psicologi o psi-

coterapeuti. Tutti i gruppi di auto-aiuto hanno l'intento di trasformare le persone che hanno bisogno di aiuto in persone in grado di fornirlo: sono, infatti, costituiti da pazienti o familiari che vivono, o hanno vissuto, la stessa esperienza e che attraverso lo scambio d'informazioni sul vissuto di malattia si offrono reciprocamente sostegno emotivo e anche pratico. I gruppi di auto-aiuto più diffusi sono costituiti da donne che hanno avuto un cancro del seno.

I gruppi di supporto condotti da psicologi o psicoterapeuti utilizzano tecniche diverse allo scopo di favorire l'elaborazione delle emozioni fino al raggiungimento di uno stato di rilassamento che contribuisce a ridurre l'ansia, a gestire gli **effetti collaterali** dei trattamenti (ad esempio nausea e vomito) e a stimolare nella persona una reazione di adattamento alla nuova condizione. Esistono diverse metodiche di approccio psicologico o, per meglio definirlo, psiconcologico, che saranno decise di volta in volta dagli operatori sanitari deputati. Una metodica fra le più utilizzate nei pazienti lungosopravvivenza si chiama *mindfulness*, la cosiddetta attenzione deliberata al presente non giudicante che permette di concentrarsi sul "qui e ora" migliorando l'angoscia del passato e l'ansia per il futuro.

In generale, questi interventi possono contribuire al miglioramento della qualità di vita del malato di cancro o dei suoi congiunti. Oggi sono sempre di più gli ospedali in cui sono presenti professionisti che sostengono psicologicamente i malati e i familiari che ne fanno richiesta. Potrebbe essere utile informarsi se presso il centro in cui siete seguiti è disponibile questo tipo di servizio. Un'ulteriore risorsa per il supporto psicologico è costituita dalle associazioni di volontariato, che sempre più frequentemente offrono un servizio di sostegno psicologico individuale o di gruppo.

Metodi basati su vari tipi di manipolazioni

Agopuntura. Questa disciplina è parte integrante della medicina tradizionale cinese e consiste nell'introduzione,



Effetto collaterale: qualsiasi effetto di un farmaco che insorga a dosi normalmente impiegate nell'uomo e che sia correlato alle proprietà farmacologiche del farmaco.



Per conoscere gli indirizzi delle associazioni di volontariato che offrono un servizio di sostegno psicologico potete rivolgervi ad Aimac (dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 19.00 - numero verde 840 503579, e-mail info@aimac.it).



L'intervento di sostegno psicologico può rivolgersi al singolo individuo o a un gruppo.



Meridiani: canali invisibili lungo i quali fluisce l'energia vitale (Qi) all'interno del nostro corpo. Decorrono lungo l'asse maggiore del corpo, in senso verticale, ognuno secondo un percorso ideale, che unisce diversi punti utilizzati nella tecnica dell'agopuntura. I meridiani principali sono 12; ognuno è connesso con quello che lo segue tramite una rete di meridiani interni.

Edema: accumulo eccessivo di liquido nei tessuti con conseguente aumento di volume della zona interessata.

Chemioterapia: trattamento che distrugge le cellule neoplastiche attraverso la somministrazione di farmaci, che possono essere assunti per bocca in forma di compresse, oppure iniettati per via endovenosa o intramuscolare.

in determinati punti cutanei, di sottili aghi sterili allo scopo di influenzare il flusso dell'energia che scorre nei cosiddetti **meridiani** che attraversano il nostro corpo. In questo modo è possibile migliorare lo stato di salute del paziente.

Nei malati di cancro l'agopuntura è utile soprattutto per il controllo del dolore, ma anche per ridurre altri effetti collaterali dei trattamenti antitumorali quali **edema**, nausea, secchezza della bocca spesso presente dopo cicli di radio-terapia. Inoltre, l'agopuntura e in particolare una sua metodica affine, la moxibustione, contribuisce a innalzare il livello dei globuli bianchi oltre a migliorare alcuni disturbi motori.

L'agopuntura è una disciplina in continua espansione in Italia. Per sottoporsi a questo tipo di trattamento è bene rivolgersi esclusivamente agli agopuntori medici, i cui nominativi si possono richiedere presso le principali associazioni di categoria. Si raccomanda di verificare sempre che il medico prescelto sia iscritto all'Ordine dei Medici della provincia in cui esercita.

Massaggi. Hanno lo scopo di favorire uno stato di rilassamento, alleviare dolori e tensioni muscolari e dare sollievo attraverso il contatto fisico. Possono risultare di grande conforto durante il ricovero o se si è costretti all'immobilità a letto. Le tecniche di massaggio più utilizzate sono:

- **shiatsu:** tecnica di origine orientale che attraverso la manipolazione corretta di punti nevralgici del corpo stimola il flusso dell'energia vitale, ripristinando l'equilibrio psico-fisico;
- **agopressione (digitopressione):** tecnica che si basa sugli stessi principi dell'agopuntura, ma a differenza di questa si pratica di solito con le dita. È stato, tuttavia, dimostrato che l'applicazione di speciali braccialetti che comprimono determinate aree cutanee delle braccia riduce la nausea e il vomito da **chemioterapia**;
- **ayurvedico:** derivato dalla tradizione millenaria della medicina indo-pakistana, mira a ripristinare l'equilibrio tra corpo e mente; utilizza oli vegetali tipici;

- **riflessologia plantare:** tecnica basata sulla stimolazione della pianta del piede in cui, secondo la tradizione orientale, è tracciata la mappa dei vari organi interni. Esercitando pressione su determinati punti, è possibile influire positivamente su alcune funzioni dell'organismo, alleviando disturbi quali dolori, costipazione e nausea.

Anche per il ricorso ai massaggi è importante condividere la decisione con il medico curante, tenendo presente che esistono alcune **controindicazioni** specifiche, quali, ad esempio, la **flebite**.

Aromaterapia. Rientra tra i metodi basati sulle manipolazioni, poiché consiste nell'applicazione, attraverso il massaggio, di **oli essenziali** estratti dalle piante. Le essenze possono essere utilizzate anche per rilassanti bagni aromatici, inalazioni o impacchi. L'aromaterapia è utile per il trattamento di alcuni disturbi, quali stress, depressione e insonnia.

Gli oli essenziali possono essere assunti anche per bocca, ma tale pratica è di pertinenza solo di un medico esperto, perché può provocare reazioni irritative e, in caso di dosi eccessive, possono comparire danni anche gravi (complicazioni renali, allucinazioni, convulsioni, irritazioni, ecc.).

Osteopatia. Disciplina che tratta le disfunzioni muscoloscheletriche attraverso la manipolazione delle articolazioni. Può essere utile ai malati di cancro per risolvere problemi di tipo motorio spesso causati dalla prolungata immobilità. È consigliabile rivolgersi a medici osteopati con laurea specialistica europea o a tecnici diplomati presso apposite strutture.

Chiropratica. Tecnica che agisce attraverso la manipolazione della colonna vertebrale praticata dal chiropratico. Può essere utile per alleviare il dolore e per ridurre lo stress e le tensioni muscolari spesso causati dalla malattia.

Metodi basati su elementi biologici

Prima di illustrare brevemente questi metodi, è opportuno



Controindicazioni: circostanze che sconsigliano l'impiego di un farmaco o di una cura.

Flebite: infiammazione acuta delle vene.

Oli essenziali: prodotti ottenuti per estrazione da materiale vegetale aromatico, e per questo ricco in essenze.



Automedicazione: assunzione di un farmaco da parte del paziente senza consultare il medico; si definiscono farmaci da automedicazione o da banco i farmaci venduti senza presentazione di ricetta medica per curare piccoli disturbi occasionali e di breve durata.

Sintomi: i fenomeni particolari riscontrati nell'organismo in presenza di una malattia.

ricordare che:

- **naturale** non è sinonimo di **innocuo**;
- è bene verificare sempre la provenienza e il contenuto dei farmaci;
- è bene evitare l'**automedicazione** e chiedere consiglio ai medici specialisti.

Omeopatia. Pratica terapeutica che si basa sulla somministrazione di sostanze capaci di dare **sintomi** simili a quelli della malattia che deve essere curata. Tali sostanze, dette *rimedi*, sono somministrate in dose infinitesimale.

I rimedi omeopatici potrebbero integrare le terapie convenzionali, ma devono essere comunque sempre prescritti dal medico omeopata, che può valutare se vi è un'indicazione all'uso dell'omeopatia e, in seguito a un'accurata visita in cui prende in considerazione gli aspetti riguardanti lo stato fisico e psico-

Classificazione di alcuni rimedi e loro indicazioni

Rimedi di derivazione vegetale	<i>Ipeca</i> <i>Nux Vomica</i> <i>Arnica montana</i>	nausea e vomito intossicazione da farmaci congestione vascolare causata dalle ripetute somministrazioni di farmaci per via endovenosa
	<i>Hypericum</i> <i>Ignatia</i>	neuralgie leggeri attacchi di panico
Rimedi di derivazione minerale composti a base di:	<i>Kalium carbonicum</i>	stati di esaurimento, astenia e debilitazione
	<i>Magnesium</i>	stati d'ansia / debilitazione, crampi muscolari
	<i>Natrum muriaticum</i>	malinconia e stati depressivi, secchezza delle mucose; disturbi dell'appetito
Rimedi di derivazione animale	<i>Lachesis mutus</i> (estratto dal veleno di serpente)	infiammazioni acute, riassorbimento di edemi
	<i>Apis mellifica</i> (tintura di ape intera)	

emotivo, individuare i prodotti più indicati per il singolo caso.

Fitoterapia. Trattamento che utilizza la pianta nella sua totalità o solo sue parti (foglie, radici, fiori, gemme e cortec-

cia). Anche la moderna farmacologia può utilizzare le piante per la preparazione dei farmaci, ma in questo caso solo per ricavarne il principio attivo (ad esempio, vincristina e vinblastina comunemente utilizzate nella **chemioterapia** derivano dalla *vinca rosea* o *Catharanthus roseus*).

L'attività di ricerca sulle sostanze di origine vegetale è sempre molto intensa, soprattutto per dimostrarne l'efficacia per la prevenzione e la cura dei tumori. Alcune tra le piante

<i>Artemisia</i>	conosciuta da tempo per la sua attività antimalarica, può prevenire alcuni tumori. Alcune ricerche hanno mostrato un'attività antitumorale in alcuni tipi di tumore: prostata, mammella, colon. Ha però evidenziato importanti effetti collaterali sulla funzione epatica, renale e cardiaca. Bisogna stare molto attenti nell'uso anche come tisana o come estratto idroalcolico;
<i>Astragalo</i>	pianta della tradizione cinese, ha dimostrato di bloccare la crescita delle cellule tumorali in vitro; gli studi hanno mostrato un aiuto in caso di tumori polmonari non a piccole cellule;
<i>Boswellia serrata</i>	molto diffusa in Cina e in India per la terapia del glioblastoma multiforme e in genere dei tumori gliali, delle metastasi cerebrali da tumore mammario; si usa anche come immunomodulante ;
<i>Curcumina</i>	estratta dalla pianta <i>Curcuma longa</i> , ha attività antibatterica , antivirale, antipertensiva e antinfiammatoria. Numerosi studi condotti su pazienti hanno portato a pensare che la curcumina possa avere un'attività antitumorale legata all'azione antiangiogenetica (blocca la formazione di nuovi vasi) e proapoptotica (morte cellulare programmata), come anche la capacità di potenziare l'attività dei chemioterapici, specialmente la gemcitabina;
<i>Ganoderma lucidum</i>	fungo molto usato in Cina e Giappone per la terapia del cancro della prostata e del seno;
<i>Ginseng</i>	si usa per ridurre lo stato di affaticamento dei pazienti in trattamento farmacologico o post-trattamento e potenziare la risposta del sistema immunitario ;



Chemioterapia: trattamento che distrugge le cellule neoplastiche attraverso la somministrazione di farmaci, che possono essere assunti per bocca in forma di compresse, oppure iniettati per via endovenosa o intramuscolare.

Glioblastoma multiforme: tumore del sistema nervoso.

Immunomodulante: farmaco utilizzato per regolare l'attività del sistema immunitario.

Antibatterico: si dice di farmaco o sostanza che combatte i batteri. Sinonimo: antibiotico, antisettico.

Sistema immunitario: è l'insieme di organi, cellule e molecole che costituiscono il sistema naturale di difesa dell'organismo contro le infezioni.



Apoptosi: è il processo di morte cellulare programmata, che in molti casi consente di mantenere inalterato il numero di cellule di un sistema.

Helicobacter pylori: batterio a forma di spirale che vive nello stomaco e nel duodeno (v. sotto) causando un'infiammazione della mucosa gastrica.

Duodeno: tratto di intestino subito al di sotto dello stomaco.

Finasteride: farmaco di sintesi utilizzato per il trattamento dell'ipertrofia prostatica benigna, del cancro della prostata e della calvizie comune.

Immunomodulante: farmaco utilizzato per regolare l'attività del sistema immunitario.

Sistema immunitario: è l'insieme di organi, cellule e molecole che costituiscono il sistema naturale di difesa dell'organismo contro le infezioni.

<i>Inositolo</i>	sostanza naturale molto presente nei legumi, è stata utilizzata per la prima volta a Londra per curare i linfomi, dimostrando di essere in grado di attivare l' apoptosi nelle cellule linfomatose;
<i>Lactoferrina</i>	sostanza estratta dal latte bovino e presente anche nel latte materno, si è dimostrata utile nel ridurre la diffusione metastatica dei tumori gastrointestinali, mammari e polmonari e anche contro l' Helicobacter pylori ;
<i>Maitake</i>	<i>Grifola frondosa</i> è un fungo che si trova principalmente in Giappone e Nord America. Usato sin dall'antichità come fungo medicamentoso, ha mostrato attività antitumorale per la presenza di betaglucani, lectine, aminoacidi, vitamine del gruppo B. Sembra avere attività sui linfociti natural killer e interferone;
<i>Quercitina</i>	potente antiossidante, è presente nelle mele e nelle cipolle (soprattutto rosse), nel vino rosso, mirtillo e tè verde e anche nella verza. Ha proprietà antinfiammatorie e antiallergiche, ed anche effetti benefici sulla prostata se combinata con la finasteride ;
<i>Resveratrolo / polidatina</i>	estratto dalla pianta <i>Poligonum cuspidatum</i> e dalla buccia dell'uva, ha proprietà antiinfiammatorie, antivirali, immunomodulanti ed anche antitumorali; un limite di questo prodotto naturale è la sua scarsa disponibilità. Esiste un suo precursore chiamato polidatina, estratto naturale del <i>Polygonum cuspidatum</i> , che ha una maggiore biodisponibilità e non mostra alcun problema di assunzione;
<i>Shiitake</i>	<i>Lentinula edodes</i> cresce spontaneamente in montagna. È molto noto in Oriente. È considerato un importante immunostimolante. Usato in medicina tradizionale cinese è un ottimo antivirale e sembra avere una buona attività in caso di neoplasia indotte da virus e da agenti chimici;
<i>Scutellaria barbatae</i>	usata da tempo dai cinesi per la terapia dei tumori della mammella;
<i>Soia</i>	si usa per la prevenzione dei tumori della mammella;
<i>Sulforafano</i>	estratto dalle <i>Brassicacee</i> (broccoli e affini), mostra un'importante attività antiproliferativa

	ed è molto utile nella prevenzione dei tumori della mammella e della prostata. L'università californiana UCLA ha mostrato interesse per un suo derivato, l'indolo-3-carbinolo, che sembra dare aiuto in casi di tumore mammario triplo negativo (vale a dire con assenza di recettori per gli estrogeni, per il progesterone e per l'HER2);
<i>Tè verde</i>	ha proprietà immunomodulanti ed è utile per la prevenzione dei tumori della prostata, nella terapia della leucemia linfatica cronica e del cancro della vescica; può essere usato in associazione con i chemioterapici;
<i>Trametes versicolor</i>	un tipo di fungo studiato per la sua attività sul sistema immunitario ;
<i>Valeriana</i>	usata per il trattamento dell'insonnia;
<i>Viscum album (Vischio)</i>	usato in associazione alla chemioterapia per alcuni tipi di tumore; la sua attività è legata alle viscotossine e leptine presenti nel frutto e nelle foglie della pianta. Sono molti gli studi scientifici che hanno mostrato come queste molecole interagiscono con la neoplasia. Il suo uso modifica e migliora la qualità della vita e riduce molto gli effetti indesiderati dei farmaci antitumorali;
<i>Zenzero (o ginger)</i>	usato come anti-nausea e anti-vomito.

di maggiore interesse per l'oncologia sono:

A proposito del **vischio**, è stato osservato che il suo estratto stimola la risposta del **sistema immunitario**. È molto utilizzato dai malati affetti da tumori della mammella, del polmone, del rene, della vescica, dell'intestino, del pancreas, dell'utero, dell'ovaio e della cute, soprattutto in Germania, Austria e Svizzera. Numerosi studi clinici hanno confermato che la sua somministrazione innalza il livello dei **globuli bianchi**. Si assume principalmente per via **parenterale** e per diversi cicli di trattamento. In generale bisogna fare particolare attenzione al fatto che alcuni fitoterapici interferiscono con le terapie antitumorali, poiché agiscono sui **citocromi**, strutture presenti all'interno delle cellule del fegato, dove normalmente i farmaci sono



Immunomodulante: farmaco utilizzato per regolare l'attività del sistema immunitario.

Sistema immunitario: è l'insieme di organi, cellule e molecole che costituiscono il sistema naturale di difesa dell'organismo contro le infezioni.

Globuli bianchi: cellule ematiche che combattono le infezioni e le malattie. Sinonimo: leucociti.

Parenterale: si dice di terapia somministrata per via intramuscolare o endovenosa.

Citocromi: proteine prodotte dal fegato, che hanno la funzione di rendere i farmaci più solubili.



Antibatterico: farmaco o sostanza che combatte i batteri. Sinonimo: antibiotico, antisettico.

Irinotecan: farmaco utilizzato per la cura di alcuni tipi di tumore.

Iperglicemia: aumento del livello di glucosio nel sangue. Spesso sinonimo di diabete.

<i>Aglio</i>	comunemente usato come antipertensivo, antibatterico , antiparassitario; può interferire con alcuni farmaci chemioterapici: le antracicline (adriamicina ed epirubicina);
<i>Echinacea</i>	usata per le infiammazioni localizzate (es. tonsillite) e nel raffreddore comune; attenzione se si usano chemioterapici (per i tumori del colon e della mammella);
<i>Ginkgo biloba</i>	usato nella malattia di Alzheimer e nella <i>claudicatio intermittens</i> ;
<i>Ginseng</i>	usato come tonico in caso di stanchezza psico-fisica;
<i>Hypericum (o erba di S. Giovanni)</i>	usato per la depressione lieve, riduce il metabolismo dell' irinotecan ; è stato dimostrato che interferisce negativamente con quasi tutti i farmaci antitumorali;
<i>Serenoa</i>	usata per l'ipertrofia prostatica;
<i>Soia</i>	usata per menopausa e ipercolesterolemia;
<i>Valeriana</i>	si usa per leggeri stati di agitazione; può interferire con il tamoxifene o con alcuni farmaci chemioterapici (ciclofosfamide, teniposide);
<i>Vitis vinifera (o vite comune)</i>	usata come coadiuvante nell' iperglicemia .

metabolizzati. Tra questi sono da ricordare:

L'**aloe vera** è una pianta medicinale tra le più usate dai malati di cancro, soprattutto come 'ricostituente' per recuperare le forze dopo la chemioterapia. Il prodotto è disponibile in commercio in flaconi già confezionati oppure si prepara in casa facendo prima macerare l'aloe vera nell'alcool; quindi si aggiungono pappa reale, zucchero e grappa o altro distillato. Gli effetti benefici sono soprattutto legati all'azione ricostituente della pappa reale! Una particolare cautela nell'uso durante la chemioterapia: non è consigliabile usare il distillato in alcool per la sua possibile interferenza negativa con i farmaci o per le scariche diarroiche legate alla presenza

di eloina (più presente nella variante *arborescens*).

L'**essiac** è un cocktail di erbe (radice di bardana, olmo, acetosella e rabarbaro indiano) messo a punto da un'infermiera canadese. Nonostante i sostenitori di questa terapia affermino che curi il cancro e altre malattie, è stato ufficialmente riconosciuto che solamente alcuni componenti del cocktail hanno attività **antiossidanti** e **immunostimolanti**.

Fiori di Bach. Questo metodo, messo a punto dal medico inglese Edward Bach oltre sessant'anni fa, agirebbe sulla componente psicologica del paziente, migliorando stati d'animo quali malinconia, aggressività, paura o senso di solitudine. Utilizza le proprietà curative di 38 varietà di fiori selvatici, tra cui olmo, olivo, pino, genziana, cicoria, quercia. Prima di avviare il trattamento lo specialista (medico naturopata o floriterapeuta) individua i fiori più adatti alla specifica situazione attraverso una serie di colloqui.

Vitamine, terapia megavitaminica, integratori. Le **vitamine** sono indispensabili per la salute del nostro organismo. Poiché questo non è in grado di produrle, la fonte principale per il nostro fabbisogno quotidiano è rappresentata dall'alimentazione. L'uso di dosi elevate di vitamine (in particolare A, C, E), che va sotto il nome di **terapia megavitaminica**, parte dal presupposto che se la somministrazione di una modesta quantità di queste sostanze fa bene, un dosaggio più elevato darà risultati migliori. Non è stato, tuttavia, ancora dimostrato che assumere dosi elevate di vitamine sia utile per la prevenzione e la cura dei tumori, mentre molti studi clinici hanno provato scientificamente che l'abuso di queste sostanze (ad esempio di vitamina A) può causare patologie anche gravi. **Seguire una dieta equilibrata e varia è la regola migliore per stare bene.**

Gli **integratori** nutrizionali, tra cui gli antiossidanti (in particolare vitamine C ed E), devono essere utilizzati con attenzione giacché possono interferire con la terapia antitumorale. Pertanto, **se ne sconsiglia l'uso ai pazienti in trattamento**



Antiossidante: sostanza chimica o di altra natura che inibisce o ritarda l'ossidazione (v. sotto) di una sostanza a cui viene aggiunta.

Ossidazione: reazione nella quale una sostanza acquista ossigeno o perde idrogeno.

Immunostimolante: farmaco utilizzato per incrementare l'attività del sistema immunitario.



Integratori: prodotti che integrano la comune dieta e che costituiscono una fonte concentrata di sostanze nutritive, quali vitamine e minerali.



Integratori: prodotti che integrano la comune dieta e che costituiscono una fonte concentrata di sostanze nutritive, quali vitamine e minerali.

Cianuro: sostanza altamente tossica che blocca la respirazione cellulare con conseguente sofferenza degli organi interessati.



Parlare con il medico prima di prendere qualunque decisione in merito ai trattamenti non convenzionali è indispensabile.



Sintomi: i fenomeni particolari riscontrati nell'organismo in presenza di una malattia.

Effetto collaterale: qualsiasi effetto di un farmaco che insorga a dosi normalmente impiegate nell'uomo e che sia correlato alle proprietà farmacologiche del farmaco.

con chemio- e/o radioterapia.

Altri tipi di preparati

Cartilagine di squalo. La cartilagine è un tessuto che si trova in prossimità di ossa e articolazioni. L'uso di questa sostanza si diffuse notevolmente negli Stati Uniti quando si riteneva che avesse un effetto sulla prevenzione e la terapia dei tumori, successivamente smentito. La cartilagine di squalo è spesso considerata un **integratore**.

Laetrile. È una sostanza, denominata anche amigdalina o vitamina B17 o laevo-mandelonitrile, contenuta nei semi di mandorle, albicocche e di altri frutti. La sua potenziale attività antitumorale è stata ipotizzata per una selettiva azione tossica nei confronti delle cellule neoplastiche, che contengono un enzima in grado di scindere il laetrile producendo la formazione di **cianuro**, sostanza letale per tutte le cellule. La sua efficacia clinica non è stata, tuttavia, dimostrata.

Che cosa chiedere al proprio medico?

Parlare con il proprio medico curante prima di decidere di sottoporsi a un qualunque trattamento non convenzionale è indispensabile.

Le domande sono tante e il panorama è ampio; pertanto, a scopo puramente esemplificativo e per fornirvi un orientamento, si è cercato di raggruppare quelle fondamentali. Il resto è legato alla storia personale di ciascuno e all'unicità del rapporto con il medico.

Quali trattamenti non convenzionali potrebbero:

- aiutarvi a controllare e ridurre lo stress?
- contribuire a farvi sentire meno stanco?

- aiutarvi a controllare i **sintomi** della malattia, quali il dolore, o gli **effetti collaterali** del trattamento?

Se decido di provare un trattamento non convenzionale:

- Il trattamento non convenzionale potrà interferire con la terapia o con i farmaci che assumo?
- È possibile avere chiarimenti su pubblicazioni che trattano di medicina non convenzionale?
- Può consigliarmi un medico iscritto negli appositi elenchi degli ordini professionali cui rivolgermi?
- È disponibile a collaborare con l'esperto in questi trattamenti?

Usate cautela nella scelta del professionista esperto in trattamenti non convenzionali: accertate sempre che sia regolarmente iscritto ad appositi elenchi.

Se volete consultare un esperto in trattamenti non convenzionali:

- chiedete sempre indicazioni al medico curante o agli operatori del centro di oncologia presso cui siete in cura;
- chiedete ai curanti in ospedale se sono in possesso di elenchi di professionisti o di organizzazioni;
- rivolgetevi direttamente, quando possibile, alle società scientifiche o alle organizzazioni professionali (v. Indirizzi utili);
- rivolgetevi agli ordini provinciali dei medici chirurghi e odontoiatri per consultare gli elenchi di omeopati, agopuntori e fitoterapeuti (v. Link utili).

Che cosa devo chiedere al professionista esperto in trattamenti non convenzionali:

- Quali trattamenti non convenzionali pratica?
- Altri malati di cancro si sono rivolti a Lei per trattamenti non convenzionali?
- È iscritto ad organizzazioni professionali nell'ambito delle terapie non convenzionali?
- È disponibile a collaborare con il mio medico curante?



Tenere sempre presente che naturale non è sinonimo di innocuo: Integratori e prodotti naturali possono essere pericolosi anche se ne viene assicurata l'innocuità. È perciò indispensabile chiedere informazioni al medico.

Usate cautela nella scelta del professionista esperto in trattamenti non convenzionali.



Controindicazioni: circostanze che sconsigliano l'impiego di un farmaco o di una cura.

Effetto collaterale: qualsiasi effetto di un farmaco che insorga a dosi normalmente impiegate nell'uomo e che sia correlato alle proprietà farmacologiche del farmaco.



L'informazione è preziosa se la fonte è autorevole.

Le informazioni disponibili sono tante: per questo - che si tratti di internet, di libri o di riviste - esiste il modo per capire se sono attendibili. Basta porsi le domande giuste.

Che cosa devo chiedere al professionista sul trattamento non convenzionale che vorrei seguire:

- Il trattamento può interferire con la terapia antitumorale che sto seguendo?
- Esistono **controindicazioni**?
- Quali sono i rischi possibili e gli **effetti collaterali**?
- In che modo può giovarmi?
- Vi sono studi che ne dimostrano l'efficacia?
- Quanto dura?
- Quanto costerà?
- Come posso procurarmi del materiale informativo?

Dove e come documentarsi

Risulta generalmente difficile ottenere informazioni sulle terapie non convenzionali nei centri per la cura dei tumori. L'informazione è oggi parte integrante del percorso assistenziale dei malati di cancro, ed a maggior ragione per le terapie non convenzionali l'informazione deve essere sempre rigorosamente scientifica, aggiornata e documentata. Per tale motivo è assolutamente indispensabile accertarsi della credibilità e dell'affidabilità delle fonti di informazione, qualunque sia il supporto su cui sono disponibili (cartaceo, elettronico, ecc.).

Siate diffidenti verso prodotti pubblicizzati da persone o aziende che:

- sostengono di essere in possesso della cura che fa per voi;
- non danno informazioni specifiche sull'efficacia del prodotto;
- parlano solo di risultati positivi con pochi effetti collaterali;

- sostengono di avere eseguito studi clinici, ma senza fornire prove né copie di tali ricerche.

Siti internet

L'avvento di internet ha reso disponibile una grande quantità di informazioni anche sulle terapie non convenzionali, e per questo occorre cautela: infatti, molti siti sono sicuramente attendibili, mentre altri sono inattendibili o fuorvianti.

I siti istituzionali sono certamente i più autorevoli.

Quando consultate siti internet, chiedetevi sempre:

- Chi gestisce e finanzia il sito?
- Il sito vende o promuove qualcosa?
- Qual è la finalità del sito e a chi si rivolge?
- Il sito è certificato?
- Il sito è espressione di un'organizzazione conosciuta e affidabile?
- Da dove provengono le informazioni?
- Le informazioni riferite si basano su dati certi o riferiscono solo idee e opinioni personali?
- Le informazioni sono state sottoposte all'approvazione di un comitato scientifico o da esperti del settore?
- Con che frequenza è effettuato l'aggiornamento?
- Il sito segnala la data dell'ultimo aggiornamento?

Libri e riviste

Materiale informativo sulle terapie non convenzionali è consultabile innanzitutto presso le biblioteche della maggior parte dei centri per lo studio e la cura dei tumori, come pure presso le biblioteche pubbliche. Sono disponibili anche numerose riviste specializzate e pubblicazioni. Vale sempre la raccomandazione che, al di là della necessaria e legittima esigenza del malato di documentarsi, debba essere sempre il medico a prescrivere, anche per i trattamenti non convenzionali, quelli compatibili con le terapie convenzionali.

Indirizzi utili

Si riportano di seguito gli indirizzi delle principali organizzazioni nazionali e internazionali cui è possibile rivolgersi per avere ulteriori informazioni sulle terapie non convenzionali. Per comodità di consultazione gli indirizzi sono stati suddivisi per settore di attività.

Agopuntura² e medicina tradizionale cinese e tibetana.

La medicina tradizionale cinese comprende agopuntura, fitoterapia, moxibustione, ossia il posizionamento di fonti di calore e/o farmaci sui punti di agopuntura, e anche vari tipi di ginnastica, pratiche di rilassamento, metodi di meditazione e di massaggio. La medicina tradizionale cinese si fonda sullo studio dei principi dello Yin e Yang e dei loro reciproci rapporti sintetizzati nel simbolo taoista del cerchio diviso in due parti: bianco e nero. L'uomo è concepito in questa visione come un cosmo in miniatura. Il medico cinese rivolge l'attenzione all'individuo nella sua totalità fisiologica e psicologica analizzando quello che si chiama il 'quadro di disarmonia'.

Associazione Italiana Agopuntura: Via Tagliamento 9, 00198 Roma - tel. 06 853 500 36, fax 06 858 305 53 www.agopuntura.it

Federazione Italiana delle Società di Agopuntura FISA: www.agopuntura-fisa.it (pubblica il Registro dei Medici Agopuntori)

Società Italiana di Agopuntura SIA: Via Solari 52, 20144 Milano - tel. 02 487 140 47, fax 02 487 139 99 s.i.a.@tin.it - www.sia-mtc.it

The New Yuthok Institute for Tibetan Medicine: V.le Spagna 77, 20099 Sesto S. Giovanni (MI) - tel. 02 257 035

2. Presso l'Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri della provincia di Roma sono istituiti i registri dei professionisti che praticano l'omeopatia, l'agopuntura, la fitomedicina (v. Link utili, pag. 28).

info@newyuthok.it - www.newyuthok.it

Associazioni di medicina non convenzionale

Associazione Medici Osteopati Italiani AMOI: www.amoi.it

Coordinamento Nazionale delle Discipline Bio-Naturali

CONDIB: Via Pinelli 95/d, 10144 Torino - tel. 011 485 739 condib@discipline-bionaturali.it - www.discipline-bionaturali.it

Federazione Nazionale Naturopati Heilpraktiker Professionisti: Via Vela 49, 10128 Torino - tel. 0121 954 452, fax 0121. 902 136 - www.federnaturopati.org

Federazione Nazionale Naturopati Professionali FENNAP: Via Principessa Clotilde 94, 10144 Torino - tel. 011.485 739 www.federazione-naturopati.it

Osservatorio per le Medicine Complementari OMC: Ospedale Policlinico - P.zza L. A. Scuro, 37134 Verona - tel./fax: 045 820 2978 - www.univr.it/main?ent=biblio&id=112

Chiropratica

Associazione Italiana Chiropratici AIC: Via Brigata Liguria 1/20, 16121 Genova – tel. 010 553 3036 fax 010 584 8607, numero verde 800 017806 www.associazionechiropratici.it

Counselling

Associazione Italiana di Counselling AICO: Segreteria: Via Mameli 74, 51019 Ponte Buggianese (PT) – tel./fax 0572 635 361 - segreteria@aicounselling.it - www.aicounselling.it

Fiori di Bach

Unione di Floriterapia: Via Pelizza da Volpedo 42, 20149 Milano - www.unionedifloriterapia.com

Fitoterapia

Società Italiana di Fitoterapia S.I.FIT.: via Laterina 8, 53100 Siena - c/o Dipartimento di Scienze Fisiche, della Terra e dell'Ambiente dell'Università degli Studi di Siena – tel. 0577 233 510/14/25 segreteria.scientifica@sifit.org - www.sifit.org

Medicina antroposofica. Utilizza farmaci propri della tra-

dizione omeopatica e della fitoterapia, con alcune varianti che riguardano le tecniche di preparazione.

Associazione di Ricerche e Studi per la Medicina Antroposofica ARESMA: Via Privata Vasto 4, 20121 Milano

tel. 347 058 3843 - info@aresma.com - www.aresma.com

Società Italiana di Medicina Antroposofica (SIMA): Via Privata Vasto 4, 20121 Milano - tel. 02/28.92.900, fax 02/28.92.900 - segreteria@medicinaantroposofica.it - www.medicinaantroposofica.it

Medicina ayurvedica. È una delle medicine più antiche del mondo. Il termine *ayurveda* deriva dal sanscrito e significa scienza, o conoscenza, della vita. Si basa sul principio che la salute non è solo la libertà dalla malattia, ma è uno stato di equilibrio fisico, mentale e spirituale e di armonia con l'ambiente; di conseguenza, la malattia è dovuta a uno stato di squilibrio e può essere curata solo ripristinando l'equilibrio fisico-mentale-spirituale e aiutando l'organismo a risvegliare il potenziale di autoguarigione.

Associazione Atah Ayurveda: Via C. Boldrini 14, 40121 Bologna - tel./fax 051 588 3294 - atah@atahayurveda.it www.atahayurveda.it

Associazione Italo-Indiana Massaggio Ayurvedico e Discipline Olistiche Ayurveda A.I.M.A.: Via Minturno 9, 20123 Milano - www.il-massaggio.com

Maharishi Vedic University: Loc. Pianatonda, 05023 Baschi (TR) - tel. 0744 956 032 - mvuinfo@tin.it - meditazione-trascedentale.it/

Scuola di Ayurveda Ananda Ashram: Via Prandina 25, 20128 Milano - tel. 02 2590972 - info@ayurvedam.it - www.ayurvedam.it

Società di Medicina Ayurvedica Ayurvedic Point: Via Meloria 3a, 20148 Milano - tel. 02 33003256, fax 02 33006921 info@ayurvedicpoint.it - www.ayurvedicpoint.it

Omeopatia - Omotossicologia

Associazione Internazionale di Clinica e Terapia Olistica

A.I.C.T.O.: P.zza della Collegiata 5, 00061 Anguillara Sabazia (RM) - tel. 06/9968002, fax: 06996 8251 - www.aicto.it

Associazione Italiana Omeopatia AIO: Via C. Conti Rossini 26, 00147 Roma - tel. 06 514 352 34, fax 06 516 049 97 - www.aionet.org

Associazione Medica Italiana Omotossicologia AIOT: Via Vanvitelli 6, 20129 Milano - fax 02 282 2234 www.medibio.it

Federazione Italiana delle Associazioni e dei Medici

Omeopati FIAMO: Via C. Beccarla 22, 05100 Terni

tel. 0744 429 900 - omeopatia@fiamo.it - www.fiamo.it

Gruppo Omeopatico Dulcamara: Via S. Chiara 2/9, Genova -16128- tel. 010 8607405, fax 010 8682935 - www.dulcamara.org

Libera Università Internazionale di Medicina Omeopatica

'S. Hahnemann' LUIMO: V.le Gramsci 18, 80122 Napoli

tel. 081 761 4707, fax 081 761 3665 - www.luimo.it

Scuola di Medicina Omeopatica di Verona: Vicolo dietro Santi Apostoli 2 - 37121 Verona - tel. 045 803 0926 - fax 045 8026695 - info@omeopatia.org - www.omeopatia.org

Scuola Italiana di Medicina Omeopatica Hahnemanniana

S.I.M.O.H.: Via Miani 8, 00154 Roma - tel. 06 574 7841, fax: 06 572 882 03 - <http://www.omeopatiachimoh.org/>

Società Italiana Medicina Omeopatica SIMO: Via Circonvallazione 129/C, 41037 Mirandola (MO) - tel. 0535 26454, fax 02 700 507 471 - www.omeomed.net

Società Italiana Omeopatia e Medicina Integrata SIOMI:

Via Kyoto 51, 50126 Firenze - tel. 055 658 2270

fax 055 658 1270 - www.siomi.it

Oncologia Integrata

Associazione Ricerca Terapie Oncologiche Integrate

A.R.T.O.I.: Via Podere San Giusto 83, 00166 Roma - tel. 06 66495652; 339 4640532 - www.artoi.it

Osteopatia

Centro Studi di Osteopatia C.S.O Srl: C.S.O.T. Centro Studi di Osteopatia Tradizionale Srl – P.zza dell'Enciclopedia Italiana 50, 00186 Roma - tel. 06 688 09385, fax 06 682 11182; CSDOI Srl

Registro degli Osteopati d'Italia ROI: C.so Vercelli 35, 20144 Milano - tel. 02 481 997 58 - segreteria@roi.it - www.registro-osteopati-italia.com/it/home

Riflessologia plantare

Federazione Italiana Riflessologia del Piede FIRP: Via Carrissimi 5B, Monza (MB) – tel. 334 311 2856, fax 0363 41279 - info@firp.it - www.firp.it

Shiatsu

Associazione Professionale Italiana Shiatsu A.P.I.S: Via della Mercedes 33, 00187 Roma - tel. 06679 1343, fax 06 697 89445 - www.apis.it

Associazione Professionale Operatori Shiatsu APOS e Discipline Bio-Naturali APOS E DBN: Via Vitruvio 35, 20124 Milano - tel. 02 295 321 82, fax 02 295 25 590 shiatsuapos@tin.it - www.shiatsuapos.com

Federazione Italiana Shiatsu: Via Catania 64, 00162 Roma - tel. 06 442 58487, fax 178 220 3735 info@fis.it - www.fis.it

Yoga

Federazione Italiana Yoga: Via Emiliana 3, 19038 Sarzana (SP) - tel. 0187 603554 - fax 0187 606 398 www.yogaitalia.com

Link utili

Si riporta di seguito una selezione di siti internet da cui si possono ottenere ulteriori informazioni sulle terapie non convenzionali.

Assessorati Regionali alla Sanità: consultare la sezione 'Servizio Sanitario Nazionale' sul sito del Ministero della Salute www.salute.gov.it

Associazione Italiana Malati di Cancro, parenti e amici Aimac: www.aimac.it

Associazione Ricerca Terapie Oncologiche Integrate ARTOI: www.artoi.it

Centro Collaborante OMS per la Medicina Tradizionale dell'Università degli Studi di Milano: www.naturmed.unimi.it

European Medicines Agency EMA: www.ema.europa.eu

Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e Odontoiatri FNOMCeO: www.fnomceo.it - <https://portale.fnomceo.it/fnomceo/home.2puntOT>

Istituto Nazionale per lo Studio e la Cura dei Tumori di Milano: www.istitutotumori.mi.it

Istituto Superiore di Sanità: www.iss.it

MedlinePlus: <https://medlineplus.gov/>

National Cancer Institute NCI: www.cancer.gov

National Center for Complementary and Integrative Health Medicine NCCIH: <https://nccih.nih.gov/>

Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri della Provincia di Roma: www1.ordinemediciroma.it

Organizzazione Mondiale della Sanità: www.who.int

Bibliografia

- *Atti del Convegno* "Trattamenti non convenzionali per i malati di cancro – Gli strumenti per un'informazione corretta. (Roma, 16 dicembre 2005). Disponibili presso Aimag (tel. 06 4825107, www.aimac.it)
- Andersen B. et al., *Biobehavioral, Immune, and Health Benefits following Recurrence for Psychological Intervention Participants*. Clinical Cancer Research. 2010; 16:3270-3278. Pubblicato online il 14 giugno 2010.
- Bradt J., Dileo C., Magill L., Teague A. *Music interventions for improving psychological and physical outcomes in cancer patients*. Cochrane Database Syst Rev. 2016 Aug 15;(8):CD006911.
- Ernst E. *Complementary and alternative medicine (CAM) and cancer: the kind face of complementary medicine*. Int J Surg. 2009 Dec;7(6):499-500.
- Giese-Davis J. et al., *Decrease in Depression Symptoms Is Associated With Longer Survival in Patients With Metastatic Breast Cancer: A Secondary Analysis*. Journal of Clinical Oncology. Feb. 1, 2011:413-420
- Greenlee H., Balneaves L.G., Carlson L.E., Cohen M., Deng G., Hershman D., Mumber M., Perlmutter J., Seely D., Sen A., Zick SM., Tripathy D.; Society for Integrative Oncology. *Clinical practice guidelines on the use of integrative therapies as supportive care in patients treated for breast cancer*. J Natl Cancer Inst Monogr. 2014 Nov; 2014(50):346-58.
- He ZY et al.. *Upregulation of p53 expression in patients with colorectal cancer by administration of curcumin*. Cancer Invest. Marzo 2011;29(3):208-13.
- Issels R.D. et al., *Neo-adjuvant chemotherapy alone or with regional hyperthermia for localised high-risk soft-tissue sarcoma: a randomised phase 3 multicentre study*. Lancet Oncol. Giugno 2010;11(6):561-70.
- Lee R.T., Yang P., Greenlee H., Bauer-Wu S., Balneaves L.G., Zick S. *Personalized integrative oncology: targeted approaches for optimal outcomes: the 11th International Conference of the Society for Integrative Oncology*. Integr Cancer Ther. 2015 Jan;14(1):98-105.
- Lin KY et al., *Effects of yoga on psychological health, quality of life, and physical health of patients with cancer: a meta-analysis*. Evid Based Complement Alternat Med. 2011;2011:659876.
- Oldenburg S. et al., *Elective re-irradiation and hyperthermia following resection of persistent locoregional recurrent breast cancer: A retrospective study*. Int J Hyperthermia. 2010;26(2):136-44.
- PDQ Integrative, Alternative, and Complementary Therapies Editorial Board. *Topics in Integrative, Alternative, and Complementary Therapies (PDQ®): Health Professional Version*. PDQ Cancer Information Summaries [Internet]. Bethesda (MD): National Cancer Institute (US); 2002-2016 Apr 21.
- Pennacchioli E. et al., *Hyperthermia as an adjunctive treatment for soft-tissue sarcoma*. Expert Rev Anticancer Ther. Feb. 2009; 9(2):199-210.
- Reich R.R., Lengacher C.A., Kip K.E., Shivers S.C., Schell M.J., Shelton M.M., Widen R.H., Newton C., Barta M.K., Paterson C.L., Farias J.R., Cox C.E., Klein T.W. *Baseline Immune Biomarkers as Predictors of mindfulness-based stress reduction (MBSR-BC) Treatment Success in Off-Treatment Breast Cancer Patients*. Biol Res Nurs. 2014 Jan 28.
- Salute. 12 - *Medicine Naturali*. Edizione speciale per il *Corriere della Sera*. 2006.
- Suganuma M, Saha A, Fujiki H. *New cancer treatment strategy using combination of green tea catechins and anticancer drugs*. Cancer Sci. 2011 Feb;102(2):317-23.
- Wei Y., Pu X., Zhao L. *Preclinical studies for the combination of paclitaxel and curcumin in cancer therapy (Review)*. Oncol Rep. 2017 Apr 20.
- World Health Organization. *Acupuncture: review and analysis of reports on controlled clinical trials*. Geneva: WHO Library Cataloguing; 2002.
- World Health Organization. *WHO Traditional Medicine Strategy T&CM 2014-2023*. Geneva: WHO; 2014.

I punti informativi

Sono attivi presso i principali centri di cura. Omogenei per approccio al paziente e attività, distribuiscono gratuitamente materiale informativo per i pazienti e i loro familiari e svolgono attività di ricerca per individuare i nuovi bisogni. Per i nomi e gli indirizzi dei singoli ai centri rivolgersi ad Aimac (840 503579) oppure consultare il sito dell'associazione all'indirizzo www.aimac.it.



La Collana del Girasole

- 1 Non so cosa dire
- 2 La chemioterapia
- 3 La radioterapia
- 4 Il cancro del colon retto
- 5 Il cancro della mammella
- 6 Il cancro della cervice
- 7 Il cancro del polmone
- 8 Il cancro della prostata
- 9 Il melanoma
- 10 Sessualità e cancro
- 11 I diritti del malato di cancro
- 12 Linfedema
- 13 La nutrizione nel malato oncologico
- 14 I trattamenti non convenzionali nel malato oncologico
- 15 La caduta dei capelli
- 16 Il cancro avanzato
- 17 Il linfoma di Hodgkin
- 18 I linfomi non Hodgkin
- 19 Il cancro dell'ovaio
- 20 Il cancro dello stomaco
- 21 Che cosa dico ai miei figli?
- 22 I tumori cerebrali
- 23 Il cancro del fegato
- 24 Il cancro del pancreas
- 25 La terapia del dolore
- 26 Il cancro del rene
- 27 La fatigue
- 28 Il cancro della tiroide
- 29 Gli studi clinici sul cancro: informazioni per il malato
- 30 Il mieloma multiplo
- 31 Madre dopo il cancro e preservazione della fertilità
- 32 Il mesotelioma
- 33 Il tumore negli anziani e il ruolo dei caregiver
- 34 Il cancro del testicolo

2 DVD: La chemioterapia - La radioterapia

Aimac pubblica anche:

Schede sui farmaci antitumorali

Forniscono informazioni di carattere generale sui singoli farmaci e prodotti antitumorali, illustrandone le modalità di somministrazione e gli effetti collaterali.

Schede sui tumori

Forniscono informazioni di carattere generale sulla diagnosi, stadiazione e terapia di singole patologie tumorali.

La Biblioteca del Girasole

- 10 cose che bisogna sapere sul tumore del pancreas**
- Adroterapia
- Biologici e biosimilari
- Chi è il caregiver – Il suo ruolo a fianco del malato oncologico
- Elettrochemioterapia - per il trattamento delle metastasi cutanee
- Il test del PSA
- Il tumore del collo dell'utero
- Il tumore dello stomaco - La vita dopo la gastrectomia**
- Immuno-oncologia, di cosa si tratta?
- La Medicina Oncologica Personalizzata: informazioni per il paziente
- La prevenzione dei tumori occupazionali: il Registro di Esposizione ad Agenti Cancerogeni e Mutageni
- La ricostruzione del seno: informarsi, capire, parlare
- La vita dopo il cancro**
- Lavoratori malati di tumore: 10 consigli al datore di lavoro
- Le terapie immuno-oncologiche
- Neoplasia e perdita di peso - Che cosa fare?*
- Oltre le nuvole*
- Padre dopo il cancro
- Patologie oncologiche e invalidanti - Quello che è importante sapere per le lavoratrici e i lavoratori
- Quando il mio papà è tornato*
- Quando un figlio è malato**
- Tumori rari - Come orientarsi

* disponibile solo online

** pubblicato da F.A.V.O. (www.favo.it) di cui Aimac è socio

La Helpline

La helpline di Aimac: un'équipe di professionisti esperti in grado di rispondere ai bisogni dei malati di cancro e dei loro familiari, dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 19.00 **numero verde 840 503579**, e-mail **info@aimac.it**



Aimac è una Onlus iscritta nel Registro delle Associazioni di Volontariato della Regione Lazio. Offriamo gratuitamente i nostri servizi di informazione e counseling ai malati di cancro e ai loro cari.

Abbiamo bisogno anche del tuo aiuto e della tua partecipazione. Se questo libretto ti ha fornito informazioni utili, puoi aiutarci a produrne altri

- **iscrivendoti ad Aimac** (quota associativa € 20 per i soci ordinari, € 125 per i soci sostenitori)
- **donando un contributo libero mediante**
 - assegno non trasferibile intestato a Aimac
 - c/c postale n° 20301016 intestato a "Aimac – via Barberini, 11 – 00187 Roma".
IBAN: IT 33 B 07601 03200 000020301016
 - bonifico bancario intestato a Aimac, c/o Cassa di Risparmio di Ravenna
IBAN: IT 78 Y 06270 03200 CC0730081718
 - carta di credito attraverso il sito www.aimac.it

Finito di stampare nel mese di maggio 2018
Progetto grafico e stampa: Mediateca S.r.l. | www.mediateca.cc
Impaginazione: Artwork di Mariateresa Allocco - mariateresa.allocco@gmail.com



AIMaC è anche presente su



YouTube

<http://forumtumore.aimac.it>



aimac

Associazione Italiana Malati di Cancro, parenti e amici

via Barberini 11 | 00187 Roma | tel +39 064825107 | fax +39 0642011216
840 503 579 numero verde | www.aimac.it | info@aimac.it