

Paper:

Massages bij kankerpatiënten: een verkenning van de huidige wetenschappelijke inzichten.

Geschreven door Eva Boel, Coördinator VZW massageweb
26/12/2014

In deze paper wil ik een huidige stand van zaken geven over welke mogelijke effecten van massage en in het bijzonder massage bij kanker, een recent populair onderzoeksonderwerp¹. Het is een eerste aanzet om verder onderzoek in België te motiveren, gezien het belang van deze aanvullende gezondheidszorg voor kankerpatiënten om hun levenskwaliteit tijdens hun behandeling of revalidatieproces te verbeteren. Hierbij ligt de nadruk op niet palliatieve kankerpatiënten.

Een eerste vaststelling is dat dit nieuwe onderzoeksthema, nog onvoldoende is onderzocht om definitieve vaststellingen te kunnen doen, zeker betreft de lange termijn effecten van massage op kankerpatiënten.² Een grootschalig onderzoek bij verschillende type kankerpatiënten met een degelijke methodologie is hiervoor nodig³. Uit een systematische review van 1325 papers worden volgende bewijzen weerhouden: massage kan misschien een korte termijn effect hebben op het reduceren van angst bij kankerpatiënten en kan een positief effect hebben op fysieke symptomen zoals pijn en misselijkheid.⁴

Specifiek voor borstkankerpatiënten heb ik volgende onderzoeksresultaten gevonden. Tijdens een onderzoek bij 86 vrouwen met primaire borstkanker kregen de experimentele groep twee keer per week een klassieke rug en nek massage van 30 minuten. De controle groep kreeg geen bijkomende behandeling naast hun reguliere therapie. Een significante reductie van het fysieke 'discomfort' en vermoeidheid werd vastgesteld. Op het vlak van stemmingswisselingen waren de resultaten minder eenduidig, tenzij de massage steeds door dezelfde masseur werd uitgevoerd.⁵ In een andere pilotstudie werd gepeild naar het effect van massage op de levenskwaliteit van borstkankerpatiënten. Zij kregen 3 keer een half uur massage gedurende 3 weken. De patiënten

¹ There has been a significant increase in the interest and use of massage therapy in conjunction with traditional cancer treatments. The benefits massage therapists and their clients affected by cancer have observed for years are now being validated in an increase in the number of medical research studies. Between the years 1900 and 1990 there were an average of 31 citations per year in the scientific literature referring to cancer and massage or oncology and massage. From 1991 to 2000 there were 294 citations per year. From 2001 to 2005 there were 1106 per year. From 2006 to 2008 there were 1370 citations per year. From <http://www.s4om.org/onc-massage-research/item/intro-to-oncology-massage-research>

²

<http://www.cancer.org/treatment/treatmentsandsideeffects/complementaryandalternativemedicine/manualhealingandphysicaltouch/massage>

³ Jane SW, Chen SL, Wilkie DJ, Lin YC, Foreman SW, Beaton RD, Fan JY, Lu MY, Wang YY, Lin YH, Liao MN "Effects of massage on pain, mood status, relaxation, and sleep in Taiwanese patients with metastatic bone pain: a randomized clinical trial." *Pain*, 2011 Oct, 152p. 2432-42

⁴ Wilkinson S, Barnes K, Storey L "Massage for symptom relief in patients with cancer: systematic review." *J Adv Nurs*, 2008 Sep, 63p. 430-9

⁵ Listing M, Reissshauer A, Krohn M, Voigt B, Tjahono G, Becker J, Klapp BF, Rauchfuss M "Massage therapy reduces physical discomfort and improves mood disturbances in women with breast cancer." *Psychooncology*, 2009 Dec, 18p. 1290-9

rapporteerde een significant verschil in angstgevoelens, slaapkwaliteit, hun levenskwaliteit en algemeen functioneren. De resultaten waren niet consistent op het misselijkheid, overgeven, verminderde stressgevoelens en pijnreductie⁶. In het onderzoek naar de waarde van massagetherapie bij patiënten in een borstkliniek werd een survey gehouden bij 68 patiënten die regelmatig een massage in het ziekenhuis kregen. Uit deze enquête (response rate 56%) bleek dat alle participanten aangaven dat een massage hielp om hen te ontspannen. Het overgrote deel rapporteerde eveneens een effect in mindering van spierspanning. Meer dan 75% rapporteerde een verschil in vermoeidheid, een gevoel van welbehagen, een verbetering van slaapkwaliteit en denkvermogen⁷. In Zweden werd stil gestaan bij de fysieke korte termijn voordelen van een zachte volledige lichaamsmassage. In vergelijking met de controle groep die een gesprek kreeg, werd een verlaging van de hartslag, de systolische bloeddruk en NK (natural killer) celactiviteit vastgesteld. In tegenstelling tot sommige andere onderzoeken⁸ werd geen vermindering van het cortisol hormoon weerhouden⁹. Deze onderzoeken illustreren de conflicten in de resultaten over effecten van massage bij kankerpatiënten om definitieve uitspraken te kunnen doen¹⁰.

Op het vlak van auto-immuniteit en weerstand tegen ontstekingen kan een Zweedse massage helpen bij gezonde proefpersonen¹¹, wat van groot belang kan zijn bij kankerpatiënten. Zo stelden ze tijdens deze studie een sterk vermindering van het 'arginine-vasopressin' gehalte in hun bloed. In tegenstelling tot andere studies was er geen stijging van het oxytocine hormoon, het zogenaamde knuffelhormoon dat in relatie staat tot het serotonine gehalte (de goed gevoel stof). Een hoger gehalte van serotonine kan dan weer een pijnstillend effect hebben naast de gekende antidepressieve effecten¹².

Er zijn dus veel positieve effecten mogelijk door massages bij kankerpatiënten toe te passen in Vlaanderen, maar vele onderzoeksresultaten moeten worden bevestigd door grootschalig onderzoek van deze vrij recente therapie. Toch is een aangepaste massage voor kankerpatiënten noodzakelijk om mogelijke risico's te vermijden. Daarom pleit de Society for Oncology Massage¹³ voor een bijkomende opleiding voor masseurs die kankerpatiënten als klanten willen behandelen. Ze informeren kankerpatiënten over welke aanpassingen van reguliere massagetechnieken nodig zijn om volgende risico's te vermijden: vermoeidheid, pijn, misselijkheid, onnodige verhoging risico op

⁶ Sturgeon M, Wetta-Hall R, Hart T, Good M, Dakhil S "Effects of therapeutic massage on the quality of life among patients with breast cancer during treatment." *J Altern Complement Med*, 2009 Apr, 15p. 373-80

⁷ Pruthi S, Degnim AC, Bauer BA, DePompolo RW, Nayar V "Value of massage therapy for patients in a breast clinic." *Clin J Oncol Nurs*, 2009 Aug, 13p. 422-5

⁸ Listing M, Krohn M, Liezmann C, Kim I, Reissauer A, Peters E, Klapp BF, Rauchfuss M "The efficacy of classical massage on stress perception and cortisol following primary treatment of breast cancer." *Arch Womens Ment Health*, 2010 Apr, 13p. 165-73

⁹ Billhult A, Lindholm C, Gunnarsson R, Stener-Victorin E "The effect of massage on immune function and stress in women with breast cancer--a randomized controlled trial." *Auton Neurosci*, 2009 Oct 5, 150p. 111-5

¹⁰ Bao Y, Kong X, Yang L, Liu R, Shi Z, Li W, Hua B, Hou W. Complementary and alternative medicine for cancer pain: an overview of systematic reviews. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2014;2014:170396. doi: 10.1155/2014/170396. Epub 2014 Apr 13. Review.

¹¹ Rapaport MH, Schettler P, Breese C "A preliminary study of the effects of a single session of Swedish massage on hypothalamic-pituitary-adrenal and immune function in normal individuals." *J Altern Complement Med*, 2010 Oct 18, 16p. 1079-88

¹² Van den Berg, F (red.). *Toegepaste fysiologie. Therapie, training, tests*. Lemma, Utrecht, 2003

¹³ <http://www.s4om.org/>

bloedklonters en lymfoedeem, vermindering bloedcellen,...¹⁴ In een interview met Gayle McDonald, één van de grondlegsters van massage bij kanker, geeft ze via verschillende cases aan welke risico's er verbonden zijn aan een niet aangepaste massagetherapie. Zo bericht ze over kankerpatiënten die na een massage met te zware druk uitoefening klaagden over griepachtige symptomen, zware vermoeidheid en ergere pijn. Therapeuten moeten worden getraind om te weten hoe ze kunnen omgaan met bijvoorbeeld verwijderde lymfeknopen, behandeling van post chirurgische zones, ...¹⁵ Het organiseren van een Vlaamse opleiding massage bij kanker voor masseurs is daarom een must. Deze vaststellingen onderstrepen eveneens het belang van goed geïnformeerde kankerpatiënten én masseurs om een degelijke massagepraktijk op een veilige manier toegankelijk te maken voor kankerpatiënten.

Tenslotte wil ik wijzen op het belang van aanvullende complementaire zorg naast de reguliere geneeskunde. Vooral jongere, hoger opgeleide kankerpatiënten hebben interesse in deze behandelwijzen. De populariteit verschilt sterk van land tot land en is tijdsgebonden. Hun belangrijkste motief is het verhogen van hun weerstand naast de wil om een actieve rol op te nemen in hun genezing. De plaats van massage binnen de aanvullende complementaire zorg wordt ter discussie gesteld in het Nederlandse handboek Oncologie¹⁶. Zij categoriseren dit onder welzijnsbehandeling. Bovenstaande onderzoeken suggereren echter wel een duidelijk effect op de gezondheid van kankerpatiënten naast de stijging van het welzijnsgevoel.

In de Verenigde Staten wordt massage wel onder aanvullende gezondheidszorg gecategoriseerd.¹⁷ Hoewel er een "overload" van informatie is terug te vinden op het internet over kanker en complementaire therapieën, zijn niet alle websites een bron van kwalitatieve informatie. Zo werd de websites van de erkende kankerinstituten in de Verenigde Staten onder de loep genomen. De kwaliteit van de websites verschilde sterk. Slechts 7% had een uitstekende score (80% of meer) vanuit het perspectief van de (mantelzorgers van de) kankerpatiënt die zoekend is naar degelijke informatie.¹⁸

VZW Massageweb wil deze recente wetenschappelijke inzichten integreren in haar werking. Door structurele verankering in de reguliere massagesector via het webplatform zullen zowel masseurs als kankerpatiënten worden gesensibiliseerd over de mogelijkheden én beperkingen die massage bij kanker biedt. Een kritische benadering over de gezondheidseffecten staat voorop om een correcte beeldvorming tot stand te brengen. VZW Massageweb wil bovendien een actieve rol vervullen door toekomstig wetenschappelijk onderzoek te faciliteren.

¹⁴ http://www.s4om.org/clients-and-patients/patient-resources/item/oncology-massage-flyer-blue?category_id=119

¹⁵ <http://www.massagebijkanker.nl/files/8614/1456/7136/TheProgressionOncologyMassage.pdf>

¹⁶ Van der Zouwe, N, Van Dam, F.S.A.M. Het gebruik van niet-reguliere behandelwijzen voor naast de reguliere behandeling. Blz 667-676. In Oncologie. Van de Velde, Van der Graaf, Van Krieken, Marijnen, Vermorken (red), Bohn, Stafleu van Loghum, Houten, 2011

¹⁷ 54% van de kankercentra vermelden massagetherapie als aanvullende complementaire behandeling (zie onderzoek voetnoot 15).

¹⁸ Brauer JA, El Sehamy A, Metz JM, Mao JJ "Complementary and alternative medicine and supportive care at leading cancer centers: a systematic analysis of websites." J Altern Complement Med, 2010 Feb, 16p. 183-6