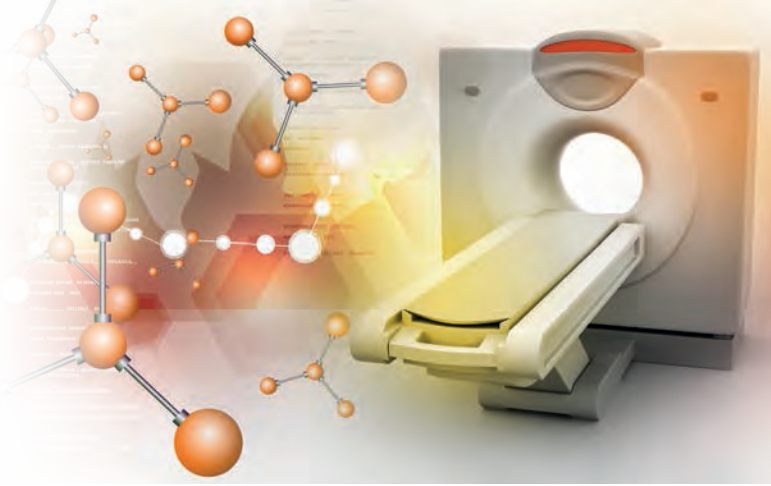


Sağlıklı Bilgiler

Prof. Dr. Gökhan Özyiğit [saglikli.bilgiler@tubitak.gov.tr]

Hacettepe Üniversitesi,
Tıp Fakültesi
Radyasyon Onkolojisi
Anabilim Dalı



Standart Tedaviler Yerine Alternatif Tıbbı Tercih Eden Kanser Hastalarının Ölüm Riski Daha Fazla



Yale Üniversitesi araştırmacılarının yaptığı bir klinik çalışmada, şifa sağlanabilecek kanser türlerinde etkinliği kanıtlanmış modern tıbbın sunduğu tedavileri hiç kullanmayıp onların yerine alternatif yöntemleri tercih eden hastaların ölüm riskinin çok daha fazla olduğu ilk kez kanıtlandı.

Bilimdeki tüm ilerlemelere karşın, gerek kanser hastalarının gerekse yakınlarının standart tedaviler yerine alternatif yöntemlere ilgisi birtakım reklamların etkisiyle giderek artıyor. Modern tıp yöntemleri ile alternatif tıp yöntemlerini doğrudan karşılaştıracak çalışmaların tasarımları çok ciddi etik sorunlara yol açabileceği için maalesef bu konuda elimizdeki bilimsel kanıtlar çok yetersiz. Ayrıca kliniklerde birçok hasta son derece tehlikeli olmasına rağmen hekimlerden habersiz olarak kendilerine verilen standart tedavilerle beraber o yöntemleri de kullandığı için sadece alternatif yöntemleri kullanan bir karşılaştırma çalışması tasarlamak da çok zor. Tüm bu zorluklara karşın nihayet Dr. James B. Yu ve arkadaşları ABD Ulusal Kanser Veri Tabanı'nı kullanarak standart tedavileri reddeden 280 kanser hastasının ve standart tedavi gören 560 kanser hastasının verilerini karşılaştırdı.

- 2015 yılında tüm dünyada yaklaşık 17,5 milyon kanser olgusu ve yaklaşık 8,7 milyon kansere bağlı ölüm bildirildi.
- 2005-2015 yılları arasında kanser vakalarındaki artış %33!
- Küresel olarak, kanser olma ihtimalinin erkeklerde 3'te 1 kadınlarda 4'te 1 olduğu tahmin ediliyor.
- Erkeklerde en sık görülen kanser prostat kanseri. Onun ardından akciğer kanseri geliyor.
- Kadınlarda en sık görülen kanser meme kanseri. Kansere bağlı ölümlerde de meme kanseri yine ilk sırada yer alıyor.

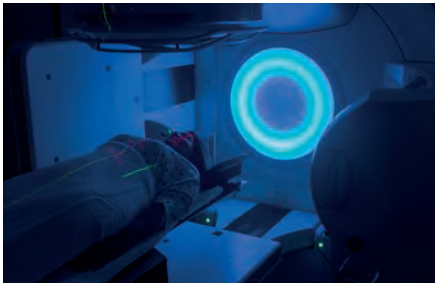


Tüm dünyada en sık görülen kanser türleri olan meme, akciğer, prostat ve kolorektal kanserli hastalar bu çalışma kapsamına alındı. 2004-2013 yılları arasında tanı alan bu hastalardan cerrahi, radyoterapi ve kemoterapiyi ret ederek alternatif yöntemleri kullananların ölüm riskinin daha fazla olduğu net olarak ortaya kondu. Tüm grupta standart tedavi kullanan bireylerin 5 yıllık genel sağkalım oranları %78 iken alternatif yöntemleri tercih eden bireylerde bu oran sadece %54 olarak saptandı. Ayrıca kanser türlerine göre bakıldığında da; meme kanserlerinde standart yöntemlerle 5 yıllık sağkalım oranı %87 alternatif yöntemlerle %58, akciğer kanserinde aynı oran %41'e karşılık %20, kolorektal kanserde ise %88'e karşın sadece %33 gibi inanılmaz düşük düzeyde bulundu. Yani standart yöntemlerle 5 yıl içerisinde alternatif yöntemle %80'in üzerinde sağkalım elde edebildiğimiz kanser türlerinde alternatif yöntemler dramatik bir şekilde hastalarımızın hem umutlarını hem de hayatlarını söndürüyor.

Bu araştırmada vurgulanması gereken önemli nokta alternatif olarak kastettiğimiz etkinliği kanıtlanmış yöntemler olup, geçtiğimiz sayılarımızda tanımlarını vermiş olduğumuz tamamlayıcı veya entegre tıp yöntemleri değildir.

Kaynak

Johnson SB, Park HS, Gross CP, Yu JB. Use of alternative Medicine for cancer and its impact on survival. *Journal of the National Cancer Institute*, Volume 110, January 2018.



Balık Yağı

- ABD'de balık yağı satışlarından elde edilen ciro 1,2 milyar dolara ulaştı.
- Balık yağı kullanımı, vitamin ve mineral takviyesi kullanımının ardından üçüncü sırada.
- 2016 yılının Aralık ayında Danimarka'dan bildirilen bir çalışmada balık yağı kullanan annelerin bebeklerinde astım riskinin %31 azaldığı ortaya koyuldu.
- 2016 yılının Ağustos ayında yayımlanan başka bir bilimsel çalışmada kalp krizi sonrası 6 ay balık yağı kullanımının kalp kası iyileşmesini ve pompalama yeteneğini artırdığı gösterildi.
- ABD Ulusal Sağlık Enstitüsü yakın zamanda yayımladığı bir raporda balık yağının kalp ve inme hastalıkları için etkili olduğunu, kanser ve psikoz hastalıkları dahil olmak üzere 26 farklı hastalık grubu için de muhtemel etkili olabileceğini bildirdi.
- Balık yağı balığın yağ dokusundan üretildiği için çevresel kirleticilerin bulaşması ile ağır metaller (arsenik, kadmiyum, kurşun ve civa) içermesi riskine dikkat etmek gerekir.
- Benzer şekilde poliklorin bifeniller gibi toksik bileşikler cilt problemleri, kas spazmları, kronik bronşit ve sinir sistemi bozuklukları oluşması, dioksinler ve furanlar gibi toksinler ise cilt, karaciğer ve bağışıklık sistemi problemleri, endokrin ve üreme bozuklukları ve bazı kanserlerin gelişmesi riski taşımaktadır. Bunun için balık yağı satın alacakların kaliteden zerre taviz vermemesi gerekir.
- Balık yağının yan etkilerine gelince: Bulantı, kusma, kabızlık, iştah azalması, kısa dönem hafıza kaybı, hemolitik anemi, depresyon, kolon kanseri riskinin artması, astım şikâyetlerinin artması, tansiyon artışı, kan şekeri düzeyi artışı, kanama riski artışı, uzun süreli kullanımda E vitamini eksikliği, A ve D vitamini toksisitesi.
- Özellikle hormon tedavisi uygulananlar, bağırsak kanseri olguları, iltihabi bağırsak hastalığı olanlar (Crohn hastalığı ve ülseratif kolit), karaciğer hastalığı olanlar balık yağının bu potansiyel tehlikelerine dikkat etmelidir.