

## Psychoterapia walczy z rakiem

Opublikowane właśnie wyniki badań przeprowadzonych w Kilonii na nowo ożywiają dyskusję wokół znaczenia psychoterapii w leczeniu nowotworów

**W najtrudniejszych momentach nie byli sami. 136 pacjentów chorych na raka otrzymało wsparcie psychologiczne od specjalnie wykształconych terapeutów.**

Wszyscy ci chorzy znajdowali się między styczniem 1991 a styczniem 1993 roku pod opieką Hamburskiej Kliniki Uniwersyteckiej – z powodu nowotworów żołądka, wątroby, woreczka żółciowego, trzustki lub jelita.

Psycholodzy pozostawali do dyspozycji chorych w każdej decydującej fazie drogi ich cierpienia. Kiedy początkowe podejrzenie o nowotwór przeradzało się w bolesną pewność, kiedy zbliżały się operacje, w końcu, kiedy opuszczali klinikę – psycholog zagrzewał ich do walki z chorobą, informował o kolejnych etapach terapii i rozmawiał na temat ich obaw. Długofalowe skutki tych zabiegów – jak wskazują wyniki badań opublikowane w prestiżowym „Journal of Clinical Oncology” – okazują się zdumiewające.

Co piąta osoba poddana takiej terapii przeżywała po operacji jeszcze dziesięć lat. W grupie kontrolnej, o niemalże takiej samej wielkości, którą w tym samym okresie otoczono rutynową opieką na oddziale chirurgicznym Kliniki Uniwersyteckiej, tak długo żyła tylko co dziesiąta osoba.

– Liczyliśmy się z tym, że dzięki pomocy psychoterapeutycznej pacjenci lepiej będą sobie radzić z chorobą – mówi Thomas Kuechler, kierownik badania, psychoonkolog Kliniki Uniwersyteckiej w Kilonii. – Fakt, że przez to ich szansa przeżycia wzrosła ponad dwukrotnie, był jednak prawdziwym zaskoczeniem.

Już przy zestawieniu danych z dwóch lat dał się zauważyć zadziwiający wynik. Krzywa przeżywalności pacjentów objętych opieką psychologiczną wyraźnie przekraczała dotychczasowe wyniki. Badacze, wciąż niepewni sukcesu, wysłali dane do sprawdzenia przez niezależnych biostatystyków z Kanady. Rezultat: wyniki się zgadzały.

Odkrycie zespołu z Kilonii wpisuje się w spór wokół tematu, który od lat budzi emocje. Na całym świecie przeprowadzono ponad 300 badań na temat zależności między leczeniem nowotworów i psychoterapią. Ledwie przed 20 laty amerykański psychiatra David Spiegel jako pierwszy wywołał poruszenie swoimi obserwacjami. Twierdził, że potrafi wykazać przedłużające życie działanie terapii grupowej u pacjentek z przerzutami raka piersi. Jednakże niedługo potem krytycy dopatrzili się poważnych uchybień w jego badaniu. Grupa kontrolna pacjentek z rakiem piersi, które zrezygnowały z pomocy psychologicznej, była źle dobrana – kobiety te zmarły szybciej niż to można by szacować z danych statystycznych.

Zastrzeżenia metodologiczne były też wysuwane w stosunku do innych badań podejmujących ten temat. – Na każde badanie wskazujące wpływ psychoterapii na przedłużenie życia przypada co najmniej jedno, które tego efektu nie potwierdza – wyjaśnia Michael Andrychowki, ekspert w dziedzinie psychoonkologii z College of Medicine Uniwersytetu Kentucky i autor komentarza na temat badania zespołu z Kilonii.

Od krytycznych uwag nie uchroni się też ostatnie badanie. Badacze z Kilonii dysponują danymi na temat innych terapii (chemoterapii, naświetlań), jakim poddawali się pacjenci po pierwszej operacji

chirurgicznej, tylko z dwóch pierwszych lat po zabiegu. Dane z ośmiu następnych lat nie zostały zgromadzone.

– Co prawda jest nieprawdopodobne, by członkowie obu grup byli traktowani w tym samym czasie w istotnie odmienny sposób, ale całkiem wykluczyć tego nie można – przyznaje Kuechler. Być może do tego, że wśród osób poddanych terapii psychologicznej remisja raka występowała rzadziej, przyczyniły się wyłącznie szczęśliwsze okoliczności życiowe.

Mimo zadowalających wyników zalecana jest w każdym wypadku ostrożność – ostrzega Kuechler. Wsparcie psychologiczne okazało się korzystne tylko dla pacjentów z ograniczonymi zmianami nowotworowymi, którzy w czasie pierwszego zabiegu albo nie mieli żadnych przerzutów, albo zaatakowane były wyłącznie najbliższe węzły chłonne. Mniej obiecujące perspektywy rysują się przed cierpiącymi z rozległymi przerzutami. Ich szanse w walce z chorobą były po dziesięciu latach równie niewielkie – z psychoterapią lub bez.

Naukowcy z Kilonii chcą uniknąć taniego poklasku. – Nasze badanie jest tylko jednym z wielu kamyczków mozaiki, pewnego dnia ujrzymy cały obraz – mówi Kuechler. – Pochopny byłby wniosek, że sama psychoterapia jest skuteczna w walce z rakiem.

Taka myśl byłaby, owszem, pociągająca. W sumie, psychoterapeuci Kliniki Uniwersyteckiej poświęcili każdemu pacjentowi niespełna osiem godzin. Odpowiada to akurat jednemu dniowi pracy.

– Podwoić szansę, by pacjenci z nowotworami przeżyli dodatkowe 10 lat, za jedyne kilkaset euro... Nie znam żadnego innego zabiegu medycznego, dzięki któremu za tak niewielkie pieniądze można osiągnąć tak wiele – pisze Andrychowski.