

КОМПЛЕМЕНТАРНАЯ И НЕТРАДИЦИОННАЯ МЕДИЦИНА ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ (КНМ)

ЧТО ТАКОЕ КОМПЛЕМЕНТАРНАЯ И НЕТРАДИЦИОННАЯ МЕДИЦИНА (КНМ)?

Комплементарная и нетрадиционная медицина (КНМ) – это медицинская система, практика или продукт, которые обычно не относят к стандартной медицинской помощи. Стандартная медицинская помощь - это медицинская помощь, основанная на научных данных. В случае рака щитовидной железы стандартная медицинская помощь включает хирургическое лечение, а также супрессивную терапию радиоактивным йодом и гормонами щитовидной железы. Для пациентов с другими заболеваниями щитовидной железы стандартная медицинская помощь может включать гормон-заместительную или гормон-супрессивную терапию.

Национальный центр комплементарной и нетрадиционной медицины Национального института здравоохранения (NIH NCCAM) определяет комплементарную медицину как медицину, используемую наряду со стандартной медицинской помощью, а нетрадиционную медицину, как используемую вместо стандартных медицинских процедур. Интегративная медицина представляет собой комплексный подход к оказанию лечебной помощи, который подразумевает воздействие как на разум, так и на тело пациента; он позволяет объединить стандартную медицину с практикой КНМ.

ВИДЫ КОМПЛЕМЕНТАРНОЙ И НЕТРАДИЦИОННОЙ МЕДИЦИНЫ (КНМ)

Для описания различных видов КНМ NIH NCCAM использует пять категорий. Несмотря на то, что создать исчерпывающий список всех видов КНМ было бы сложно, некоторые примеры мы описываем ниже:

МЕДИЦИНА ТЕЛА И РАЗУМА

Эти виды КНМ основаны на убеждении, что ум способен воздействовать на ваше тело. Можно привести следующие примеры:

- Йога
- Медитация
- Гипноз

ПРАКТИКИ НА ОСНОВЕ БИОЛОГИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

Они подразумевают использование веществ, которые чаще всего встречаются в природе, и включает в себя пищевые добавки и растительные лекарственные препараты. Примеры включают в себя:

- Витамины
- Травы
- Специальные диеты

Примечание касательно практик на основе биологических веществ: пациентам, страдающим раком щитовидной железы или заболеваниями щитовидной железы, часто рекомендуется придерживаться специальной диеты, в которой избегают продуктов, содержащих йод. И действительно, таким пациентам не рекомендуется использование йода в жидкой форме или в качестве добавок. Пациентам также рекомендуется принимать витамин Д или кальций. Поэтому, врачи, которые лечат пациентов с заболеваниями щитовидной железы, рекомендуют придерживаться одного из нескольких тщательно отработанных методов лечения на основе биологически активных веществ. Несмотря на то, что эти методы могут быть полезными, важно отметить, что не существует ни одной специальной диеты или витамина, которые бы доказанно устраняли рак или позволяли излечиться от заболеваний щитовидной железы. По этим особым

причинам важно поговорить с вашим лечащим врачом, о любых специальных диетах или добавках, которые вы планируете использовать.

МАНИПУЛЯТИВНЫЕ И ТЕЛЕСНЫЕ ПРАКТИКИ

Они основаны на работе с телом и, как считается, приносят пользу также и разуму.

Примеры включают в себя:

- Массаж
- Хиропрактику

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

Энергетическая медицина подразумевает, что в теле есть энергетические поля, которыми можно манипулировать для исцеления и достижения хорошего самочувствия. Примеры включают в себя:

- Рейки
- Тай Чи

ГЛОБАЛЬНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ СИСТЕМЫ

Эти системы включают в себя убеждения и подходы к исцелению и оздоровлению, совокупно собранные из всех стран мира и из различных культур. Примеры включают в себя следующие:

- Натуропатия
- Гомеопатия
- Китайская медицина
- Вуду / Экспиритизм
- Аюрведическая медицина

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ПАЦИЕНТЫ, СТРАДАЮЩИЕ РАКОМ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ/ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ВЫБИРАЮТ КНМ

К настоящему времени проведено лишь небольшое число исследований, в которых проводился анализ, почему пациенты с заболеваниями щитовидной железы обращаются к КНМ. Вот некоторые из этих причин:

1. Пациенты считают, что КНМ помогает справиться с побочными эффектами лекарств и проводимой терапии, включая усталость, сухость во рту, увеличение массы тела и затуманенность сознания
2. Стремятся снизить уровень стресса и беспокойства, связанных с приемом лекарств и проходимыми процедурами, а также справиться с тревогой, возникающей при постановке такого тяжелого диагноза.
3. Чувствуют, что КНМ помогает легче справиться с уже проводимым лечением
4. Пытаются лечить или даже излечить болезнь

ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЯ

Известие о диагнозе рака щитовидной железы или заболевания щитовидной железы может оказывать стрессовое или тревожное воздействие на пациента. Некоторые пациенты, которым недавно был выставлен диагноз, могут захотеть добавить к рекомендациям своего врача какие-то свои предпочтительные методы или даже полностью отказаться от традиционных методов лечения. Это вполне естественное желание – быть здоровым и думать о том, что еще ты можешь сделать, чтобы улучшить свое здоровье. В настоящее время доступно достаточно много информации, и проводятся все новые и новые исследования различных подходов к лечению рака щитовидной железы и других заболеваний щитовидной железы. Порой достаточно трудно определить разницу между «стандартным» лечением и «комплементарными и

нетрадиционными» методами лечения. Эта брошюра предназначена для того, чтобы помочь вам понять, что именно следует учитывать при принятии таких решений. Самым важным положением является необходимость поговорить с врачом об уже применяемых у вас методах лечения, прежде вы попробуете использовать что-то новое.

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СВОИМ ВРАЧОМ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЧАТЬ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МЕТОДЫ КНМ, А ТАКЖЕ, ЕСЛИ ВЫ ИХ УЖЕ ИСПОЛЬЗУЕТЕ

Некоторые пациенты боятся, что их лечащий врач не поймет или не одобрит использование КНМ, соответственно, и некоторые врачи могут не понимать или не одобрять использование КНМ у своих пациентов. Но врачи знают, что их пациенты хотят принимать активное участие в своем лечении. И поскольку мы желаем самого наилучшего для наших пациентов, мы выступаем за открытый диалог. Разговор с вашим врачом о КНМ особенно важен, поскольку мы хотим убедиться, что Ваше лечение проходит хорошо и правильно, а некоторые методы КНМ, которые могут на первый взгляд казаться безопасными, потенциально могут помешать успешному лечению.

ВОПРОСЫ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ЗАДАТЬ ВАШЕМУ ВРАЧУ О КНМ:

Знаете ли Вы, какие-либо виды КНМ, которые бы смогли помочь мне справиться с побочными эффектами проводимого лечения?

Будет ли КНМ мешать моему лечению или действию принимаемых лекарств?

Можете ли Вы мне помочь понять информацию, которую я прочитал/услышал о КНМ?

«НАТУРАЛЬНЫЙ» ПРОДУКТ НЕ ОЗНАЧАЕТ «БЕЗОПАСНЫЙ» ПРОДУКТ

Пищевые добавки не подлежат обязательной государственной регистрации, прежде чем они поступят в продажу населению, и для их приобретения не требуется рецепт. Это же относится и к большинству методик КНМ. Как правило, делается заявление о том, что определенный продукт используется годами, или что он эффективен в борьбе с раком; при этом, эти утверждения не доказывают, что указанные подходы безопасны или эффективны. Некоторые из таких методов лечения могут стоить тысячи долларов. Вам, как потребителю, важно решить, что лучше для вас, но при этом вы должны быть осторожны. Обязательно сообщите своему врачу, если вы используете любой из методов КНМ, независимо от того, насколько безопасным вы его считаете. Вот некоторые факты о биологических продуктах, которые могут Вас удивить:

- Травы и другие продукты могут повлиять на эффективность других лекарств в вашем организме.
- Добавки и диеты могут оказывать на ваш организм воздействия, сравнимые с воздействиями лекарственных средств.
- Витамины могут проявлять очень сильную активность в Вашем организме.
- Принимать хороший витамин в большом количестве – это вовсе не обязательно хорошо.

СПЕЦИАЛИСТА ПО КНМ СЛЕДУЕТ ВЫБИРАТЬ ТЩАТЕЛЬНО

Специалисты по КНМ должны иметь соответствующую подготовку и опыт в комплементарной и нетрадиционной медицине. И при выборе такого специалиста вы должны подойти к вопросу так же тщательно и вдумчиво, как при выборе своего лечащего врача. Относитесь с осторожностью к рекламируемым продуктам, которые позиционируют как «панацею», но при этом не дают конкретной информации о том, насколько хорошо они действуют, или если производитель утверждает, что продукт обеспечивает только положительные результаты и не сопровождается побочными эффектами. Вот несколько шагов, которые следует предпринять при поиске специалиста по КНМ:

1. Спросите своего лечащего врача, может ли он посоветовать вам какого-то конкретного специалиста по КНМ
2. Спросите, может ли кто-либо в вашем онкологическом или медицинском центре порекомендовать какого-то специалиста по КНМ

3. Спросите, имеется ли в вашей больнице центр интегративной медицины или соответствующий персонал
4. Свяжитесь с профессиональной организацией КНМ, у удостоверьтесь, что Ваш специалист по КНМ является сертифицированным, то есть, имеет надлежащую подготовку в своей области, уровень которой одобрен национальными экспертами. Полный список сертифицирующих организаций в данной брошюре мы не предоставляем; Например, массажисты могут пройти сертификацию в Американском фонде массажной терапии, а специалисты по акупунктуре - в NCCAOM (Национальная комиссия по сертификации специалистов по акупунктуре и восточной медицине).

ГДЕ Я МОГУ ПОЛУЧИТЬ БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ И КАК Я МОГУ ЕЙ ДОВЕРЯТЬ?

О КНМ представлено довольно много информации, и довольно сложно разобраться, чему из этого можно доверять, а чему нельзя. Хорошие места для начала перечислены справа. Вот несколько ключевых вопросов, на которые необходимо получить ответы, оценивая достоверность информации по КНМ:

1. Кому выгодна предоставленная информация? Если сайт продает или продвигает что-либо, даже косвенно, это может послужить вам подсказкой, что информация, скорее всего, будет ненадежной. Надежной будет информация, представленная профессиональными организациями, экспертными коллегиями, а также известными и уважаемыми учреждениями.
2. Откуда берется эта самая информация? Является ли автор сайта экспертом и предоставлены ли здесь ссылки на достоверные источники? Имеют ли авторы полномочия для предоставления критической оценки заявляемых свойств продукта или метода, а также оценки соответствующих обосновывающих данных? Отдельные свидетельства (основанные на рассказах нескольких людей) или характеристические данные (основанные чувственном отношении к лечению) не могут считаться достоверными научными данными в поддержку заявляемых полезных свойств продукта или метода.
3. Насколько актуальна информация? Информация о КНМ и о стандартном лечении быстро изменяется и эволюционирует.
4. Касается ли эта информация моего конкретного состояния? Пациенты, страдающие раком щитовидной железы или другими заболеваниями щитовидной железы, имеют особые потребности, которые не все специалисты по КНМ полностью понимают. Это важно знать, а также убедиться в том, что вы задали достаточное количество вопросов и получили исчерпывающие ответы от своего лечащего врача, перед тем как обратились к нетрадиционной и комплементарной медицине.