

SERIE COMPLEMENTAIRE ZORG



Acupunctuur verlicht klachten en bijwerkingen

Auteurs: Drs. Nicole van Dommelen, acupuncturist in regio Eindhoven/Helmond, arts Integratieve Geneeskunde, huisarts (niet-praktiserend), Johan van Rooij, acupuncturist in Utrecht stad en omgeving, werkte vele jaren als oncologieverpleegkundige in het Diaconessenhuis Utrecht, beide lid van de Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur (NVA).

Acupunctuur is voor velen in de Nederlandse gezondheidszorg nog betrekkelijk nieuw en onbekend. Zowel bij patiënten als bij behandelaren in de reguliere gezondheidszorg bestaan mede daardoor uiteenlopende ideeën en verwachtingen die soms wel of niet kloppen. Dit artikel geeft verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten meer duidelijkheid. Bij welke klachten is het zinrijk en verantwoord om patiënten te verwijzen naar een acupuncturist? Hoe weet je of een acupuncturist betrouwbaar is en kennis heeft van reguliere oncologische behandelingen?

Acupunctuur is als behandelmethode ontstaan in China en wordt al meer dan tweeduizend jaar toegepast. In Nederland werd acupunctuur voor het eerst toegepast in de jaren 50. In de Verenigde Staten heeft tweederde van de academische ziekenhuizen een afdeling Integratieve Geneeskunde en in sommige ziekenhuizen, zoals het Memorial Sloan Kettering Cancer Centre in New York, zijn acupuncturisten onderdeel van het medisch behandelteam. Zij rapporteren rechtstreeks in het patiëntendossier. Ook in Nederland neemt in ziekenhuizen de openheid om acupunctuur in het oncologisch zorgaanbod te integreren toe.

1 Wat is acupunctuur?

In het kort: acupunctuur maakt onderdeel uit van Traditionele Chinese Geneeskunde (TCM) en wordt toegepast met als doel het herstellen van het welbevinden in het lichaam, voor disbalans van mentale processen en voor het stimuleren van het zelfherstellend vermogen.

Een acupuncturist prikt met heel dunne naaldjes op bepaalde punten op het lichaam, om processen in lichaam en geest te beïnvloeden. Zo kunnen klachten verminderen of verdwijnen. Het prikken is voelbaar als een lichte sensatie. Uit meerdere studies blijkt dat acupunctuur een veilige behandelmethode is (ACS Journals, z.d.).

2 Wanneer wordt acupunctuur toegepast bij kanker?

Acupunctuur vormt in het oncologisch traject een aanvulling op reguliere medische behandelingen en kan daarbij klachten en bijwerkingen verlichten. Acupunctuur vervangt nooit standaardtherapieën

OVER DEZE SERIE

Complementaire zorg is aanvullende zorg op natuurgerichte basis. Het doel van complementaire zorg is om rust en ontspanning te brengen en het gevoel van comfort en welbevinden te bevorderen. Patiënten combineren vaak verschillende vormen van complementaire zorg in aanvulling op de reguliere behandeling, bijvoorbeeld om klachten als gevolg van de ziekte of van de behandeling te verminderen. In deze serie wordt belangrijke vakinformatie over complementaire zorg belicht om jou als oncologieverpleegkundige en/of verpleegkundig specialist hierin meer kennis en inzicht te geven. Dit keer: acupunctuur.

zoals chemotherapie, radiotherapie of chirurgische ingrepen (National Cancer Institute, 2020; Zijlstra et al., 2024).

Acupunctuur kan worden toegepast bij de volgende klachten:

- Misselijkheid en braken door chemotherapie
- Opvliegers en heftig zweten door hormoontherapie (ook bij mannen)
- Spier- en gewrichtspijn bij aromataseremmers (hormoontherapie)
- Droge mond
- Pijn
- Vermoeidheid
- Slaapproblemen
- Sombereheid en gespannenheid.

“ Acupunctuur kan stressreacties verminderen, ontstekingsreacties moduleren en doorbloeding verbeteren

3 Hoe werkt acupunctuur volgens wetenschappelijke kennis?
De werking van acupunctuur kan door wetenschappelijk onderzoek steeds beter worden verklaard. Op het lichaam bevinden zich op diverse locaties, zoals armen, benen, buik, rug en hoofd, kleine gebieden met een specifieke gevoeligheid. Deze locaties, ook wel acupunctuurpunten genoemd, kunnen geactiveerd worden met een naaldje, maar ook bijvoorbeeld door het uitoefenen van druk met een vinger. Door acupunctuurpunten te activeren wordt een specifieke respons in het lichaam uitgelokt. Acupunctuur heeft hierdoor invloed op het autonome zenuwstelsel en kan daardoor stressreacties verminderen, ontstekingsreacties moduleren en doorbloeding verbeteren (Lu et al., 2022; Vickers et al., 2018). Door deze stimulans komen neurotransmitters zoals endorfine (pijnstilling) en serotonine (welbevinden) vrij. Recent hersenonderzoek met functionele MRI (fMRI) toont bijvoorbeeld activatie en regulatie van pijngerelateerde hersengebieden aan (Chavez et al., 2017):

Het werkingsmechanisme waarmee acupunctuur in de behandeling van oncologische pijn voor pijnvermindering zorgt, wordt verondersteld vergelijkbaar te zijn met het werkingsmechanisme bij behandeling van andere pijnlijke aandoeningen, ongeacht of de pijn acuut of chronisch is. De effectiviteit van acupunctuur in het behandelen van pijn is in een periode van meer dan zestig jaar uitgebreid onderzocht en is te verklaren aan de hand van enkele fysiologische werkingsmechanismen. Hoewel er nog veel te leren valt over de werking van acupunctuur en het menselijk lichaam in het algemeen, zijn de neurale paden van acupunctuurpuntstimulatie naar het ruggenmerg tot aan de pijncentra in de hersenen goed in kaart gebracht (Longhurst et al., 2017; Zhang et al., 2012).

*Van acupunctuur is ook aangetoond dat het een aantal lichaamseigen opioïden activeert en de gevoeligheid van de hersenen voor opioïden verbetert (Harris et al., 2007). Een aantal andere biochemische stoffen dat betrokken is bij pijn en pijnvermindering blijkt vrij te komen of gereguleerd te worden door acupunctuurstimulatie waaronder ATP, adenosine, GABA en substance P (Zhao, 2008). Onderzoek laat ook zien dat acupunctuur een vermindering geeft van activiteit in hersengebieden, geassocieerd met pijnperceptie, en een vergroting van activiteit in hersengebieden, geassocieerd met een verbeterde zelfregulering (He et al., 2015). In deze context is acupunctuur een veilig en effectief alternatief met een lange staat van dienst voor succesvol gebruik, zonder de bijwerkingen van de farmaceutische opties voor het behandelen van pijn.
Bron: Kenniscentrum van de Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur.*

4 Wanneer is toepassing van acupunctuur zinvol?
Bij klachten zoals:

- Misselijkheid en braken door chemotherapie (CINV): acupunctuur (P6/Neiguan-punt) heeft bewezen effect (Sheng et al., 2014; Ezzo et al., 2014)
- Pijnklachten (algemeen, postoperatief): matig tot sterk bewijs voor pijnvermindering (Vickers et al., 2018; Paley et al., 2011)
- Vermoeidheid: systematische reviews tonen positieve effecten tijdens en na behandeling (Molasiotis et al., 2012)
- Opvliegers: bij hormoontherapie bij borst- en prostaatkanker significant minder opvliegers (Lee et al., 2013; Hervik & Mjåland, 2010)
- Neuropathie (CIPN): positieve effecten bij tintelingen en pijn door chemotherapie (Lu et al., 2022)
- Xerostomie/Droge mond: verbetering van speekselproductie bij bestraling op het hoofd-halsgebied (Zhou et al., 2015).

Voor de volgende groepen:

- Patiënten van alle leeftijden, bij alle vormen van kanker, met pijn. Onder andere gewrichtspijn bij gebruik van aromataseremmers, CIPN met pijn en pijn ten gevolge van behandelingen (American Society of Clinical Oncology, 2022).

- Borstkanker: angst, CINV, depressie, vermoeidheid, pijn, vasomotorische klachten zoals opvliegers (ACS Journals, z.d.).
- Longkanker: misselijkheid en braken bij chemotherapie en bestraling, kanker-gerelateerde pijn en CIPN (Chest Journal, 2013).
- Volwassenen tijdens en na behandelingen met angst en depressie (American Society of Clinical Oncology, 2023).

5 Wat zijn voordelen en nadelen van acupunctuur?
Voordelen:

- Acupunctuur kan klachten, zoals eerder genoemd, verlichten.
- Acupunctuur is een veilige behandelmethode, mits uitgevoerd door een goed opgeleide acupuncturist, die tevens lid is van een beroepsvereniging, zoals de Nederlandse Vereniging voor Acupunctuur (NVA) en opgenomen is in de Verwijsgids Kanker.

Nadelen:

- In Nederland werken acupuncturisten nog niet in ziekenhuizen. Dat betekent voor patiënten dat een extra bezoek aan een hulpverlener nodig is.
- Acupunctuur is in Nederland niet in de basisverzekering opgenomen. Wel geeft het merendeel van de ziektekostenverzekeraars een vergoeding uit het aanvullend verzekeringspakket, net zoals voor bijvoorbeeld fysiotherapie.

“ Verwijs patiënten uitsluitend door naar erkende acupuncturisten

6 Wat kun je als oncologieverpleegkundige en verpleegkundig specialist doen?
Signaleren en adviseren
Signaleren van eventuele klachten behoort tot de taken van een oncologieverpleegkundige en verpleegkundig specialist. Bij het ontstaan van klachten kun je als zorgprofessional de mogelijkheid van acupunctuur bespreken met een patiënt. Als de betreffende patiënt ervoor openstaat, kun je acu-



ACUPRESSUUR BIJ MISSELIJKHEID EN BRAKEN TEN GEVOLGE VAN CHEMOTHERAPIE (CINV)

Acupressuur is verwant aan acupunctuur. In plaats van met naaldjes wordt hierbij een acupunctuurpunt met druk van een vinger of 'knoopje' geactiveerd. Met duidelijke instructies kan dit bij misselijkheid eenvoudig worden toegepast door verpleegkundigen. Het kan een groot verschil maken voor patiënten. Uit ervaring blijkt dat verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten dit kunnen toepassen in hun dagelijkse werkzaamheden. Acupressuur voor patiënten die misselijkheid ervaren, ondanks toepassing van het bij chemotherapie geldende anti-emetica protocol, wordt onder andere beschreven op kanker.nl en door MSKCC (Memorial Sloan Kettering Cancer Center, z.d.).

punctuur adviseren bij klachten als misselijkheid, perifere neuropathie, pijn, vermoeidheid, opvliegers, gewrichtsklachten bij gebruik van aromataseremmers zoals letrozol.

Doorverwijzen
Als oncologieverpleegkundige en verpleegkundig specialist kun je patiënten doorverwijzen naar erkende, betrouwbare oncologisch geschoolde acupuncturisten. Het heeft uiteraard de voorkeur dat de patiënt naar een acupuncturist gaat die kennis heeft van de reguliere oncologische behandelingen en op de hoogte is van mogelijke symptomen en klachten die kunnen ontstaan.



ONDERZOEK IN NEDERLAND

In maart 2025 is in twee Nederlandse ziekenhuizen (Jeroen Bosch Ziekenhuis te Den Bosch en het Diaconessenhuis te Utrecht) de Acu-Chem-studie gestart. Hierbij wordt gekeken naar de werkzaamheid van acupunctuur bij honderdtwintig vrouwen voor het verminderen van CIPN bij curatieve paclitaxel toediening bij borstkanker (Louis Bolk Instituut, z.d.). Acht NVA-acupuncturisten participeren. Daarnaast brengt de studie in kaart wat nodig is om acupunctuur praktisch en zorgvuldig te integreren in de oncologische zorg.



Je kunt als oncologieverpleegkundige en verpleegkundig specialist de patiënt wijzen op [Verwijsgidskanker.nl](https://www.verwijsgidskanker.nl). Deze site maakt deel uit van Kanker.nl en is in samenspraak met het IKNL vormgegeven. Hulpverleners die in deze verwijsgids zijn opgenomen, voldoen aan de hiervoor gestelde criteria van hun beroepsorganisatie.

Bij behandelingen die een waarschijnlijke kans op neuropathie (CIPN) geven, is het raadzaam al voor of bij de eerste tekenen ervan (tintelingen, afname van gevoeligheid, branderigheid) te starten met acupunctuur. De ervaring leert dat de klachten dan vaak beperkt blijven. In de praktijk zien we dat eventuele dosisreductie dan wellicht achterwege kan blijven. Vaak gebruikte middelen zoals paclitaxel, oxaliplatin, bortezomib, lenalidomide, cisplatin en vincristine veroorzaken bij de meeste patiënten neuropathie.

“ Acupunctuur kan in alle stadia van kanker en in combinatie met alle reguliere therapieën worden ingezet

Bewaking van veiligheid en contra-indicaties

Contra-indicaties staan hieronder vermeld. Als oncologieverpleegkundige en verpleegkundig specialist kan je alert zijn op eventuele contra-indicaties en de patiënt daarop wijzen en meedenken. Zonodig kan er overleg plaatsvinden met een acupuncturist en behandelend arts.

Evalueren en begeleiden van het proces

Vraag patiënten naar hun ervaringen en klachtenverloop na acupunctuur. Dit bevordert een realistisch beeld van wat acupunctuur wel en niet kan betekenen.

7 Wat zijn contra-indicaties

Elke acupuncturist die opgenomen is in de Verwijsgids Kanker is op de hoogte van de contra-indicaties. Dit zijn:

- Neutrofiele granulocyten $<0,5 \times 10^9 / L$
- Trombocyten $<20 \times 10^9 / L$
- Veranderd bewustzijn
- Nieuwe hartritmestoornis
- Geen electro-acupunctuur bij pacemaker en ICD
- Niet prikken nabij tumor of wondlocatie
- Niet prikken nabij een borstprothese, PICC of VIT
- Behandeling met nog radioactieve stoffen
- Onbehandelde psychose.

Acupunctuur kan in het algemeen in alle stadia van kanker en in combinatie met alle reguliere therapieën worden ingezet. Het is een niet-farmacologische therapie waardoor er geen sprake is van interacties.

De literatuurlijst staat vermeld op pagina 50.