



# לרצות לחיות - למרות הסרטן

איך קורה שחלק מחולי הסרטן מתים, ואילו אחרים, המקבלים בדיוק אותו טיפול, מחלימים?

## מאת ניב אופיר

הרצון לחיות. אחת הדרכים היעילות לשיפור מצב הרוח ול- חיזוק הרצון לחיות, היא שימוש בשיטות טיפול ובמוצרים שמציעה הרפואה המשלימה. שיטות טיפול ומוצרים אלה משפיעים, באופן עקיף או ישיר, על איכות החיים של החולה ובכך על רצונו לחיות.

דוגמה בולטת היא ה-LifeMel, מוצר ישראלי ייחודי מסוגו בעולם, שפותח במיוחד למניעת תופעות הלוואי של הטיפולים הכימותרפיים ול- טיפול בהן. חולים שנטלו LifeMel דיווחו על הקלה משמעותית בתופעות ועל היכולת לתפקד באופן נורמלי גם במהלכם של הטיפולים הכימותרפיים. מספר חולים אפילו כתבו "הלייפמל הציל את חיינו". הם העירו על שיפור ניכר באיכות חייהם, במצב רוחם, ובהמשך - בהגדלת רצונם לחיות. דוגמאות נוספות לטיפולים מש- פרי מצב רוח ומעודדים הם דמיון מודרך, שיטות מדיטציה שונות, קבוצות תמיכה וטכניקות לה- תמודדות עם כאב.

מטפלים בחולי סרטן מנסים, בנוסף לטיפולי- לים הכימיים הקונוונציונליים, לסייע לחולים להגביר את רצונם לחיות, להוכיח להם שע- דיין יש להם מה לעשות ולהשיג, שיש תק- ווה שיבריאו ויגשימו את מטרותיהם. ספרם של בני הזוג סימונטון מכיל דוגמאות רבות לחולים שהרפואה הקונוונציונלית לא נתנה להם סיכוי, ולמרות זאת הם חיו חיים ארוכים. הרופאים קוראים לזה "נס רפואי". אולי זה נס, אבל בבסיסו עומדים הרצון העז לחיות והנחישות להבריא.

גורמים פנימיים (גנטיקה, לחצים נפשיים וכד'). ובכל מקרה, קיימת הסכמה רחבה שלחץ נפשי מתמיד גורם להחלשת המערכת החיסונית, מה שמגדיל את הפגיעות למחלות ובעיקר לסרטן. היום הולכת ונעשית נפוצה הגישה הקובעת שלא מספיק לראות רק את מחלת הסרטן ולטפל בה - אלא יש לטפל בה מתוך גישה של ראיית האדם כשלמות. כלומר, הטיפול בחולה הסרטן צריך להיות רחב יותר מהטיפול במחלה, ולכלול גם מרכיבים של שיפור איכות החיים ושיפור מצב הרוח.

כשמדברים על תופעות הלוואי הקשות של הטיפולים הכימותרפיים, מתכוונים בדרך כלל לתופעות הפיזיות, להשפעה על גוף האדם, ושר- כחים שלטיפולים אלה יש תופעת לוואי נוספת - השפעה על המצב הנפשי של החולה ודיכוי

ניגש לרופא והוא כבר ירפא אותנו, נכונה רק במידה חלקית. לאדם, כנשא של המחלה, יש חלק משמעותי במניעתה, בתגובה לטיפול הר- פואי ובהחלמה ממנה.

## קרינה ותזונה

המרכיב הנפשי אצל חולי סרטן - הרצון לחיות, האמונה ביכולת להבריא - הוא בעל הש- פעה מכרעת על ההחלמה והחזרה לחיים בריאים ומלאים.

מחלת הסרטן שייכת לקבוצת המחלות בהן הגוף, מסיבות שעדיין אינן ברורות לגמרי, תוקף את עצמו. יש הטוענים שהסרטן נגרם על-ידי גורמים חיצוניים (חומרים מסרטנים, קרינה, תזונה וכד'), ויש הטוענים שהוא נגרם על-ידי

ר"ר קארל סימונטון הוא רופא אונקולוג, מומחה לטיפול קרינתי לחולי סרטן. רעייתו, סטפאני, היא פסיכולוגית היועצת לחולי סרטן. לפני כשלושה עשורים שאלו בני הזוג סימונטון את עצמם את השאלה המטרידה כל אחד מאיתנו: "איך קורה שחלק מהחולים מחלימים, ואילו אחרים מתים - כשהפרוגנוזה היא זהה בשני המקרים?" ביתר פ- רט: איך יתכן שחלק מהחולים באותו סוג סרטן, כשכולם מקבלים אותו טיפול, מחלימים - וחלק אחר מתים מהמחלה? האם מדובר בסטטיסטיקה יבשה, או שמא יש מרכיב נוסף, מעבר לטיפול הקונוונציונלי, התורם להחלמה? ואם כן, מהו אותו מרכיב נסתר, שאי-אפשר לגלותו בבדיקות מעבדה? ממה מורכב היסוד הנפשי, הרצון לחיות, שהוא הכוח להתמודד ולא להתייאש?

בני הזוג סימונטון הקימו - וניהלו - בדא- לאס טקסס, מרכז ליעוץ וחקר הסרטן. הם כתבו יחד ספר בשם Getting well again, ובעברית - "לשוב להיות בריא". בספרם טוע- נים השניים שעל-סמך נסיונם עם מאות חולים במרכז שלהם בטקסס, גילו ביסוס מדעי ל"רצון לחיות". בספר מלמדים בני הזוג איך לחזק את המרכיב הנפשי, הנחוץ כליכך להתמודדות עם מחלת הסרטן.

על-פי גישתם של בני הזוג, לחולה יש חלק חיוני בהחלטתו ובאחריות על רמת בריאותו. הגישה הפוכה, האומרת שאם אנחנו חולים

**היום הולכת ונעשית נפוצה הגישה הקובעת שלא מספיק לראות רק את מחלת הסרטן ולטפל בה - אלא יש לטפל בה מתוך גישה של ראיית האדם כשלמות. כלומר, הטיפול בחולה הסרטן צריך להיות רחב יותר מהטיפול במחלה, ולכלול גם מרכיבים של שיפור איכות החיים ושיפור מצב הרוח**