

Rak: znaczenie walki ze stanem zapalnym

Szanowny Czytelniku,

już od XIX. wieku wiadomo, że każdemu nowotworowi towarzyszy stan zapalny. Ale dopiero niedawno zauważono, że stan ten nie jest następstwem nowotworu. Jest raczej jego przyczyną. A zatem, czy to prewencyjnie, czy podczas leczenia raka, ważne jest, by w sposób wyważony walczyć ze stanem zapalnym. Mówię „w sposób wyważony”, ponieważ, jak się za chwilę przekonasz, stan zapalny jest również pożyteczny.

Stan zapalny czynnikiem nowotworu

Kiedy tkanki zostają zaatakowane, a tysiące komórek ginie, wydzielają się związki chemiczne wywołujące reakcję zapalną.

Kiedy się ukłujesz, sparzysz, zadrapiesz, ale także, kiedy przechodzisz infekcję pochodzenia wirusowego lub bakteryjnego, możesz odczuwać ból w konkretnym miejscu. Miejsce to jest zaczerwienione, gorące, spuchnięte: to właśnie stan zapalny.

4 etapy stanu zapalnego:

1. Wyburzanie: komórki układu odpornościowego zaczynają od zniszczenia czynników odpowiedzialnych za infekcję (drobnoustroje), wykorzystując agresywne cząsteczki, w tym bardzo potężne wolne rodniki.
2. Sprzątanie i wywóz odpadów: następnie sprzątaj martwe komórki, wykorzystując enzymy, oraz usuwają resztki do krwioobiegu lub z ropą.
3. Instalacja nowej infrastruktury: powodują powstawanie nowych naczyń krwionośnych, aby jak najszybciej odżywić i odbudować zniszczone tkanki.
4. Odbudowa: i wreszcie, skrapiają otaczające komórki tzw. czynnikami wzrostu, które, jak nazwa wskazuje, stymulują mnożenie się okolicznych komórek, by zastąpić martwe komórki i umożliwić zabliznianie się ran.

Twój układ odpornościowy oferuje Ci usługę all inclusive.

Stan zapalny jest więc bardzo pożądanym, jeśli trwa krótko, i dlatego lepiej jest – jeśli to tylko możliwe – nie walczyć z nim za pomocą leków o działaniu przeciwzapalnym, które opóźniłyby postęp prac.

Druga strona medalu

Ale ten medal ma dwie strony. Druga jest przerażająca.

Kiedy tkanki są atakowane w sposób ciągły, przez dłuższy okres czasu, mamy do czynienia z przewlekłym (trwałym) stanem zapalnym. Wszystkie opisane wyżej mechanizmy zapalne – tak doskonałe, wydawałoby się – okażą się przerażająco skuteczne w sprzyjaniu powstawaniu i rozwojowi guzów nowotworowych:

- Wyburzanie: wolne rodniki, które niszczą drobnoustroje i chore komórki sprzyjają mutacjom DNA zarówno w komórkach zdrowych, jak i nowotworowych. Istnieje ryzyko, że organizm utraci kontrolę nad zmutowanymi komórkami, co tylko przyspieszy powstawanie i wzrost guzów.
- Sprzątanie i wywóz odpadów: enzymy, które tak dobrze sprawdziły się jako pochłaniacze drobnoustrojów i martwych komórek, osłabiają połączenia międzykomórkowe. Wiadomo, że podział komórkowy pozostaje pod kontrolą, jeśli wokół danej komórki obecne są inne komórki. Po oddzieleniu jej od sąsiadek, komórka przestaje kontrolować swoje rozmiary i swój rozrost. Zaczyna dzielić się w sposób nieobliczalny. Co gorsze, enzymy mogą także rozbić guz na wiele mniejszych części, które wraz z krwioobiegiem docierają do innych części organizmu i tam osiadają, tworząc nowe guzy.
- Instalacja nowej infrastruktury: ten etap to całkowita katastrofa, kiedy mamy do czynienia z guzem. Im większy dopływ krwi, tym więcej glukozy i tym szybszy wzrost. Obecnie naukowcy koncentrują się w swoich badaniach nad rakiem nad

wynalezieniem leku, który zablokuje angiogenezę – terminem tym lekarze określają powstawanie nowych naczyń krwionośnych.

•Odbudowa: tu jest jeszcze gorzej. Czynniki wzrostu przyspieszają mnożenie się komórek nowotworowych.

To całkowita porażka i katastrofa dla chorego związana ze stanem zapalnym.

A jeszcze nie o wszystkim powiedziałem, bo musisz wiedzieć także, że stan zapalny powoduje pojawianie się w guzie makrofagów, które niszczą komórki układu odpornościowego (limfocyty NK) zdążające pilnie w tę stronę, aby zaatakować komórki nowotworowe!

Nowotwory wywołane bezpośrednio stanem zapalnym

Te zjawiska związane ze stanem zapalnym następują tak gwałtownie, że mogą wręcz wywoływać powstawanie nowych guzów, a nie tylko sprzyjać powiększaniu się guzów istniejących.

Tak na przykład dzieje się w przypadku nowotworu żołądka, który rozwija się w następstwie stanu zapalnego wywołanego obecnością bakterii, *Helicobacter pylori*, nowotworu wątroby, który może się rozwinąć z wirusowego zapalenia wątroby typu B, a także nowotworu prostaty wywołwanego stanem zapalnym prostaty (zapalenie gruczołu krokowego).

Walka ze stanem zapalnym

Trzeba więc koniecznie walczyć ze stanem zapalnym, ale trzeba wiedzieć, jak to robić, gdyż organizm mimo wszystko musi zareagować, by zniszczyć komórki nowotworowe, wykorzystując między innymi limfocyty NK.

Najważniejsze to pilnie odbudować, jeśli jeszcze o to nie zadbałeś, poziom kwasów tłuszczowych omega-3 w Twoim organizmie.

Twój organizm nie jest w stanie wytwarzać kwasów tłuszczowych, które są prawdziwymi gwiazdami medycyny naturalnej. Musimy je sobie więc dostarczyć w pożywieniu. Dlatego nazywamy je „niezbędnymi kwasami tłuszczowymi”. Problem polega na tym, że dziś mało się jada pokarmów zawierających omega-3. Większość ludzi w ogóle ich nie je. Kwasy omega-3 występują w małych tłustych rybach (sardele, śledzie, sardynki), w oleju lnianym, rzepakowym, w oleju z orzechów włoskich, a także w portulace.

Po ich wchłonięciu, organizm przekształca je częściowo w kwasy EPA i DHA, a następnie w prostaglandyny typu 1, które działają przeciwzapalnie, o czym dziś powszechnie wiadomo.

I tak na przykład: im bardziej rośnie zawartość DHA w piersi, tym rzadziej stwierdza się powstawanie guzów (prace Bougnoux, z INSERM w Tours).

Kiedy stwierdzony nowotwór poddaje się radio- lub chemioterapii, guz cofa się tym łatwiej, im więcej jest wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (w tym omega-3) w tkankach. Istnieją również powody, by sądzić, że duże dawki omega-3 mogłyby być bardzo skuteczne w walce z rakiem: w doświadczeniach na szczurach z guzami nowotworowymi wysokie dawki DHA powodowały zmniejszenie się guzów o 60% po jednokrotnej dawce radioterapii, w porównaniu z analogicznym wynikiem 31% w grupie kontrolnej (bez podawania DHA).

Ideąłem byłoby dostarczać sobie w pożywieniu od 1 do 4 dawek omega-6 na 1 dawkę omega-3. Trudno jednak osiągnąć taką proporcję we współczesnej diecie. Bardzo często konieczna więc będzie suplementacja omega-3 w postaci kapsułek żelowych.

Naturalne substancje kontra stan zapalny

Medycyna naturalna oferuje liczne rozwiązania walki z przewlekłym stanem zapalnym w organizmie.

Najbardziej rozpowszechnionym jest dieta niskotoksyczna doktora Seignaleta, a wśród najnowszych rozwiązań także dieta bezmleczna i bezglutenowa bez nadmiernego podgrzewania potraw (przygotowywanie na parze). Stanu zapalnego jelit można uniknąć, rezygnując z nowoczesnych, źle tolerowanych odmian pszenicy.

Można tu również wymienić naturalne substancje o działaniu przeciwzapalnym, takie jak hakorośl, wierzba biała, złocień maruna oraz MSM (metylosulfonylometan) przyjmowane w postaci kapsulek żelowych. Jeszcze innym znanym powszechnie suplementem jest boswellia.

Ale substancje o działaniu przeciwzapalnym można również podawać bezpośrednio na talerzu, w postaci pokarmów lub przypraw, np. przyprawy korzenne jak kurkuma, imbir i pieprz czarny o wysokiej zawartości piperyny.

Liczni praktycy medycyny naturalnej zalecają także stosowanie osocza Quintona, czyli filtrowanej wody morskiej pobranej ze środka wirów morskich na otwartym morzu, wzdłuż bretońskich wybrzeży, na głębokości od 10 do 30 m, zmieszanej z niskozminalizowaną wodą źródlaną. Charakteryzuje się ona dużym podobieństwem do osocza krwi.

Preparat ten stosuje się podskórnym (pod kontrolą lekarza), ale także zwyczajnie – doustnie (do picia), trzymając przez minutę pod językiem.

Przeciwutleniacze

Walkę z wolnymi rodnikami umożliwiają w pierwszym rzędzie przeciwutleniacze: witamina C oraz polifenole, występujące w dużych ilościach w świeżych i surowych warzywach, a także w wysokodawkowych preparatach multiwitaminowych (a zatem uwaga na preparaty sprzedawane w aptekach i w supermarketach).

Słynne „Anty-COX2” wracają na scenę.

Pamiętamy jeszcze ogromny skandal związany z wypuszczeniem na rynek nowych leków przeciwzapalnych Vioxx i Celebrex. Weszły na rynek z wielką pompą na początku lat 2000, przedstawiane jako panaceum na wszystkie dolegliwości bólowe, w tym związane z chorobą zwyrodnieniową stawów, lecz wywołały ogromny skandal i przypisano im śmierć ponad 40 000 osób w Stanach Zjednoczonych.

Leki te działają, obniżając wydzielanie cyklooksigenazy 2, enzymu aktywującego się w stanach zapalnych, który:

- Zmniejsza apoptozę komórkową, planową śmierć komórek: komórki nowotworowe mnożą się wówczas w nieskończoność, w przeciwieństwie do komórek zdrowych, które umierają po określonej ilości podziałów.
- Usuwa komórki układu odpornościowego (limfocyty NK) niezbędne do likwidacji komórek nowotworowych.
- Sprzyja powstawaniu nowych naczyń krwionośnych (angiogeneza).

W następstwie nieostrożnego przepisywania tych leków ludziom w podeszłym wieku i o delikatnym zdrowiu, wywołały one wiele katastrof.

A jednak, zarówno w medycynie, jak i w weterynarii wykazano, że w przypadku wielu nowotworów następuje nadmierne wydzielanie cyklooksigenazy 2: w przypadku raka pęcherza, okrężnicy, płuc, piersi, żołądka, trzustki, przełyku, skóry i prostaty.

Leki anty-COX2 mogłyby więc znaleźć zastosowanie w blokowaniu rozwoju tych nowotworów. Są to banalne preparaty, łatwe w użyciu, choć obecnie „zgodnie” pomijane w protokołach leczenia chorych na szpitalnych oddziałach onkologicznych.

Warto jednak wiedzieć, że każdy internista jest uprawniony i kompetentny, by przepisać tego rodzaju leki. Zawsze dobrze być tego świadomym.

Zdrowia życzę,
Jean-Marc Dupuis