

- Viele Krebspatientinnen und Krebspatienten möchten mehr über komplementäre und alternative Methoden (KAM) wissen oder KAM für sich ausprobieren.
- Für die meisten dieser Methoden fehlt ein wissenschaftlicher Nachweis, dass sie gegen Krebs wirken. Das heißt, es gibt keine überzeugenden Studien mit Krebsbetroffenen.
- Pflanzlich oder natürlich heißt nicht immer auch sanft. Nebenwirkungen sind möglich, genauso wie Wechselwirkungen mit Medikamenten.
- Zu den KAM, für die bislang keine Risiken bekannt sind, gehören Mind-Body-Therapien.
- Patientinnen oder Patienten sollten ihre behandelnden Ärztinnen und Ärzte darüber informieren, wenn sie eine KAM einnehmen oder anwenden möchten.



Was ist KAM?

KAM steht für komplementäre und alternative Methoden. Eine einheitliche Definition gibt es nicht, meist gilt aber: Alternative Methoden werden anstelle der wissenschaftlichen Medizin eingesetzt, komplementäre Methoden zusätzlich. Der kombinierte Einsatz von KAM und etablierten Therapien wird manchmal auch als integrative Medizin bezeichnet.

Als etablierte Therapie oder Standardbehandlung gilt die nach aktuellem Wissensstand beste Therapie. Für solche nachweislich wirksamen Verfahren liegen wissenschaftliche Belege (Evidenz) aus hochwertigen und aussagekräftigen klinischen Studien vor.

Beweiskraft für Wirkung von KAM gering

Für KAM gibt es zumeist keinen sicheren Nachweis darüber, dass sie gegen Krebs wirken. Das liegt daran, dass hochwertige Studien fehlen, in denen die Wirksamkeit und Unbedenklichkeit der KAM bei Krebserkrankten untersucht wurden.

Oft stammen Daten zu KAM aus früherer Forschung; das heißt, die Methode wurde an Krebszellen oder im Tierversuch untersucht. Solche Ergebnisse sind jedoch nicht einfach auf den Menschen übertragbar. Der menschliche Organismus ist komplex und reagiert auf Einflüsse von außen häufig anders als Zellkulturen oder Tiere. Genau wie neue Arzneimittel müssen KAM sich „am Menschen“ beweisen, bevor man sie empfehlen kann. Falls Studien mit Krebspatienten vorliegen, sind sie meist von niedriger Beweiskraft, etwa, weil nur wenige Patientinnen und Patienten teilgenommen haben oder eine Vergleichsgruppe fehlt, die keine KAM erhalten hat.

Risiken

→ Risiken der Methoden

Es gibt KAM, die deutliche Risiken bergen. Für solche Methoden sind teilweise lebensbedrohliche unerwünschte Ereignisse beschrieben. Dann warnen Behörden davor, diese Methoden anzuwenden. Zu nennen sind beispielsweise Laetrile oder Ukrain. Sie gelten als „bedenkliche Arzneimittel“. Sie dürfen in Deutschland weder verkauft noch angewendet werden.

Manchmal bestehen Risiken durch die Einnahme oder Anwendung einer KAM nur bei bestimmten Personengruppen. Das können z.B. Schwangere sein oder Patientinnen und Patienten mit Allergien oder mit geschwächtem Immunsystem. Es empfiehlt sich, vorab Informationen über die Methode einzuholen. So können Sie Ihr individuelles Risiko einschätzen, bevor Nebenwirkungen auftreten.

Infobox 1: Vor einer Entscheidung zu KAM: Was sollte man fragen?

Wer ist der Anbieter der Methode? Welche heilberufliche Ausbildung hat er oder sie? Bietet er seriöse Informationen?

Lassen sich gemachte Angaben überprüfen?

Steht eine Firma oder Person mit kommerziellem Interesse hinter dem Angebot?

Wie wirkt die Methode?

Welche Nebenwirkungen sind zu erwarten?

Was kann erreicht werden, was nicht?

Was kostet die Methode (einmalig angewendet u. insgesamt)?

Bestätigt die Krankenkasse die Angaben?
Übernimmt sie die Kosten?

Ein Beispiel ist Gelée Royale, der Bienenköniginnenfuttersaft. Er kann leicht zu allergischen Reaktionen führen. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) rät vom Einsatz bei Menschen mit Asthma oder empfindlicher Haut und Schleimhaut ab.

Auch Wechselwirkungen zwischen KAM und Krebsmedikamenten sind nicht auszuschließen und nicht für alle Methoden untersucht. Bei unerwarteten Wirkungen sollten Sie Ihre Ärztin oder Arzt informieren.

Zu den KAM, für die bislang keine Risiken bekannt sind, gehören Mind-Body-Therapien wie Qi Gong, Tai-Chi, autogenes Training oder Yoga. Bewegung und Sport können Nebenwirkungen einer Krebsbehandlung lindern und das Befinden verbessern. Deshalb empfehlen Fachleute Krebsbetroffenen körperliche Aktivität als ergänzende Therapie.

➔ Risiken der Beschaffung

Komplementäre und alternative Methoden sind oft keine „echten“ Arzneimittel. Das gilt auch für viele pflanzliche und homöopathische Mittel. Bei solchen Präparaten ist die Qualität ihrer Herstellung nicht immer kontrolliert. Vitamin- und Mineralstoffpräparate sind meist als Nahrungsergänzungsmittel im Handel und werden den Lebensmitteln zugeordnet. Hinzu kommt: Bei Mitteln aus dem Ausland ist oft nicht nachvollziehbar, ob und welche Qualitätskontrolle durchgeführt wurde.

Nutzen

➔ Etwas für sich tun

Viele Krebspatientinnen und -patienten möchten über die empfohlenen Therapien hinaus etwas für sich tun. Gut 80 Prozent der Krebserkrankten wenden eine komplementäre Methode zusätzlich zur Therapie an oder möchten das gerne. Oft stehen dahinter Wünsche von Betroffenen oder die

Anregungen von anderen: Die Motivation kann beispielsweise sein, nichts unversucht zu lassen oder etwas gegen die Nebenwirkungen einer Krebstherapie tun zu wollen. Häufig haben Patientinnen oder Patienten schon mal irgendwo von einer bestimmten Methode gehört oder gelesen.

Selbst wenn der Nutzen einer Methode bislang unklar ist, kann die Anwendung das persönliche Wohlbefinden steigern. Wenn eine KAM kein gesundheitliches Risiko birgt und Wechselwirkungen mit Krebsmedikamenten oder anderen Arzneimitteln ausgeschlossen sind, spricht nichts dagegen, die Methode anzuwenden.

Sprechen Sie darüber

Es ist wichtig, dass Sie das Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt oder Ihrer Ärztin suchen, bevor Sie eine KAM anwenden. Fachleute können Ihnen dabei helfen, Nutzen und Risiken der Methode in Bezug auf Ihre Situation einzuschätzen. Auch der Krebsinformationsdienst kann Sie dabei unterstützen, den Stellenwert einer KAM einzuordnen.

KAM selbst einschätzen

Sie können komplementäre und alternative Methoden auch selbst einschätzen. Hilfreich ist dabei ein Fragenkatalog (siehe Infobox 1). In bestimmten Fällen ist es ratsam, vorsichtig zu sein. Psychologen warnen vor dem „Geschäft mit der Angst“. Dabei schlagen Anbieter Kapital aus dem Leid von Krebserkrankten und ihren Angehörigen (siehe Infobox 2).

KAM werden oft nicht bezahlt

Die Kosten von KAM übernehmen Krankenkassen meist nicht. Das liegt daran, dass diese oft nur Therapien bezahlen, für die ein Wirksamkeitsnachweis vorliegt. Wenn Sie unsicher sind: Fragen Sie vorab bei Ihrer Krankenkasse nach. Dies gilt insbesondere dann, wenn große Summen für eine Methode verlangt werden.

Infobox 2: Hier ist Vorsicht geboten

Ein Anbieter oder eine Anbieterin verspricht, dass die Methode gegen alle Krebsarten hilft, bei allen Patientinnen und Patienten und in allen Krebsstadien: Ein solches Verfahren gibt es bisher nicht.

Ein Anbieter stellt keine Unterlagen zur Verfügung: Patienten können sich nicht selbst informieren, sich nicht unabhängig beraten lassen und Ärztinnen oder Ärzte ihres Vertrauens nicht um eine Beurteilung bitten.

Vor Behandlungsbeginn wird Vorkasse verlangt oder Bargeld. Gibt es Probleme, können Betroffene ihr Geld meist nicht zurückbekommen.

Ein Mittel muss aus dem Ausland bestellt werden, etwa über das Internet: Was man geliefert bekommt, ist kaum überprüfbar. Oft gibt es Probleme mit der arzneilichen Qualität.

überreicht durch:



Dieses Informationsblatt dient als Grundlage für Ihre weitere Informationssuche.

Auch der Krebsinformationsdienst beantwortet Ihre Fragen, telefonisch innerhalb Deutschlands unter der kostenfreien Rufnummer 0800 - 420 30 40, täglich von 8 bis 20 Uhr, und per E-Mail unter krebsinformationsdienst@dkfz.de.
www.krebsinformationsdienst.de

© Krebsinformationsdienst,
Deutsches Krebsforschungszentrum

Stand: 15.01.2026, gültig bis 15.01.2028
(Quellen beim Krebsinformationsdienst)

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Forschung, Technologie
und Raumfahrt



Besuchen Sie uns auf Instagram,
Youtube und LinkedIn!