

# Kræftens Bekæmpelses projekt

**”Gode hænder”**

**- deltagernes evaluering**



Anita Ulrich

**Kræftens Bekæmpelse  
Februar 2008**

## Indholdsfortegnelse

1. Indledning .....	3
1.1 Terapeutisk massage .....	3
1.2 Alternativ behandling og kræft.....	3
1.3 Rapportens opbygning .....	5
2. Metode.....	6
3. Projekt "Gode hænder" – ideerne bag projektet.....	8
4. Projekt "Gode hænder" – terapeutisk massage .....	10
5. Deltagere i projekt "Gode hænder" .....	13
5.1 Kræftpatient eller pårørende .....	13
5.2 Rådgivningsforløb i Kræftens Bekæmpelse .....	13
5.3 Køn.....	13
5.4 Alder.....	14
5.5 Diagnose .....	14
5.6 Konventionel behandling .....	14
5.7 Brug af alternativ behandling.....	15
5.8 Alternativ behandling – behandlingstyper.....	15
5.9 Symptomer .....	15
5.10 Psykisk tilstand.....	16
5.11 Forventninger til behandlingen .....	16
5.12 Deltagere i projekt "Gode hænder" – opsummering .....	17
6. Deltagernes evaluering .....	19
6.1 Antal modtagne behandlinger .....	19
6.2 Hvordan passede den tid, der var afsat til behandlingen?.....	19
6.3 Hvordan oplevede du behandlingen?.....	20
6.4 Hvordan var oplevelsen af effekten? .....	21
6.4.1 Negative reaktioner på behandlingen .....	23
6.4.1.1 Haft mange smerter lig kemo-smerter .....	24
6.4.1.2 Humøret/psyken dykkede senere samme dag.....	25
6.4.1.3 Fik mere ondt i maveregionerne .....	26
6.5 Hvornår kunne du mærke effekten? .....	26
6.6 Var effekten af behandlingen som forventet? .....	27
6.7 Deltagernes evaluering – opsummering.....	28
7. Tre længerevarende behandlingsforløb .....	30
7.1 Ni behandlinger .....	30
7.2 Tolv behandlinger.....	32
7.3 Tyve behandlinger.....	34
7.4 Længerevarende behandlingsforløb – opsummering .....	40
8. Deltagernes egne kommentarer .....	42
8.1 Deltagernes kommentarer til projekt "Gode hænder" .....	42
8.2 Deltagernes kommentarer til behandlingerne.....	43
8.2.1. Selve behandlingen .....	43
8.2.2. Reaktioner på behandlingen .....	44
8.2.3. Lindring af symptomer .....	45
8.2.4. Hjælp til håndtering af sygdomsforløb .....	45
8.2.5. Ønske om flere behandlinger.....	46
8.3 Deltagernes egne kommentarer – opsummering .....	46

9. Konklusion .....	47
Refereret litteratur .....	49
Bilag 1: Stamdataskema .....	50
Bilag 2: Evalueringsskema.....	53
Bilag 3: Deltagernes kommentarer til projekt "Gode hænder" .....	55
Bilag 4: Deltagernes kommentarer til effekt af behandling.....	58
Bilag 5: Deltagernes kommentarer til behandlingen generelt.....	60
Bilag 6: Alfabetisk ordliste med forklaring på alternative behandlingsformer .....	67

## 1. Indledning

Projekt "Gode hænder" blev oprettet under Kræftens Bekæmpelse i foråret 2005 under ledelse af tidligere regionsleder Tove Winther Kvist. Projektet tilbød kræftpatienter og pårørende til kræftpatienter i kræftrådgivningerne i Lyngby og Roskilde gratis behandling med terapeutisk massage.

Fra projektets begyndelse og frem til april 2006 fungerede Gitte Christensen som behandler, og fra april 2006 har Marianne Garst været behandler i projektet. Fra 1. april 2007 – 31. januar 2008 er projektet sponsoreret af "Roskilde Alle Tiders Bilby". I samme periode har projektet udelukkende kørt i kræftrådgivningen i Roskilde.

Projektet fungerede fra begyndelsen som et tilbud til kræftpatienter såvel som til pårørende, men fra april 2007 har projektet udelukkende fungeret som et tilbud til kræftpatienter.

I afsnit 2 fortæller tidligere regionsleder Tove Winther Kvist om baggrunden for oprettelsen af projekt "Gode hænder" og om rådgivernes erfaring med projektet.

### 1.1 Terapeutisk massage

Marianne Garst har siden april 2007 fungeret som behandler i projekt "Gode hænder". Marianne Garst er onkologisk sygeplejerske, har en psykoterapeutisk basisuddannelse og diplomuddannelse i fordybelsesterapi og er uddannet i meditation og healing.

Til en artikel i Dagbladet Roskilde beskriver Marianne Garst behandling med terapeutisk massage som "[e]n behandlingsform, der understøtter kræftpatienten fysisk, psykisk og energimæssigt" (Roskilde Dagblad 2007). Marianne Garst beskriver videre, at terapeutisk massage kan "[...] hjælpe til at reducere stress og påvirke andre stresssymptomer, såsom angst, uro, søvnforstyrrelser, nogle former for smerte og muskelspændinger, men det helbreder ikke kræft" (ibid).

I afsnit 3 fortæller Marianne Garst i et interview om, hvordan hun arbejder med terapeutisk massage.

### 1.2 Alternativ behandling og kræft

I 2006 udgav Kræftens Bekæmpelse rapporten *Kræftpatientens verden* (Grønvold *et al.* 2006), en interview- og spørgeskemaundersøgelse om kræftpatienters behov. Spørgeskemaundersøgelsen bygger på 1.518 spørgeskemaer udsendt til kræftpatienter bosiddende i Fyns Amt, Ringkøbing Amt og H:S-området. Undersøgelsen viste, at 27% af deltagerne benyttede en eller flere former for alternativ behandling (ibid: 163). Forfatterne af undersøgelsen konkluderer, at undersøgelsen er "rimeligt repræsentativ og tegner et korrekt billede af oplevelserne blandt danske kræftpatienter generelt" (ibid: 238).

Med særligt fokus på kræftpatienters brug af alternativ behandling udgav Kræftens Bekæmpelse i 2006 rapporten *Kræftpatienters brug af alternativ behandling* (Anker 2006), en telefoninterviewundersøgelse af 250 kræftpatienter, der kontaktede Kræftens Bekæmpelses telefonrådgivning over en tre-måneders periode i 2004 (Anker 2006: 8). I undersøgelsen skelnes mellem to definitioner af alternativ behandling, en bred definition, der inkluderer brugen af kosttilskud eller fysiske og/eller mentale teknikker som afspænding, yoga og meditation, og en smal definition, der ikke inkluderer ovennævnte former som alternativ behandling. Undersøgelsen viste, at ud fra den snævre definition af alternativ behandling brugte 55% af deltagerne i undersøgelsen alternativ behandling, og ud fra den brede definition brugte 75% af deltagerne alternativ behandling (Anker 2006: 12). Ifølge forfatterne af undersøgelsen ligner deltagerne i undersøgelsen generelt Kræftlinjens brugere. Til gengæld adskiller brugerne af Kræftlinjen sig fra danske kræftpatienter generelt, hvilket skyldes, at yngre kræftpatienter, kræftpatienter fra Hovedstadsområdet og kvindelige kræftpatienter er overrepræsenterede blandt kræftlinjens brugere. På grund af overrepræsentationen af kvinder og yngre i undersøgelsen, og på grund af at køn og alder kan have betydning for brugen af alternativ behandling, konkluderer undersøgelsens forfatter, at deltagerne i undersøgelsen ikke er repræsentative for danske kræftpatienter generelt, og at brugen af alternativ behandling kan være højere blandt deltagerne i undersøgelsen end blandt kræftpatienter generelt (Anker 2006: 11).

I forhold til de to nævnte undersøgelser bruger 30,4% af deltagerne af projekt "Gode hænder" alternativ behandling. Da 16,5% af deltagerne i projekt "Gode hænder" er pårørende, er det ikke muligt at foretage en direkte sammenligning med de to undersøgelser, der undersøgte brugen af alternativ behandling udelukkende blandt kræftpatienter. Med hensyn til brugen af alternativ behandling i befolkningen generelt viser en undersøgelse fra 2006 foretaget af Statens Institut for Folkesundhed i samarbejde med Videns- og Forskningscenter for Alternativ Behandling (ViFAB), at 22,5% af voksne danskere har brugt alternativ behandling inden for det seneste år, og at 45,2 % har brugt alternativ behandling på et eller andet tidspunkt i deres liv (Ekholm *et al.* 2006: 184).

Selv om det ikke er muligt direkte at sammenligne tallene fra de forskellige undersøgelser, skønnes det, at deltagerne i projekt "Gode hænder" ikke adskiller sig væsentligt fra den danske befolkning generelt eller fra kræftpatienter specielt med hensyn til brugen af alternativ behandling. Der synes med andre ord ikke at være tale om, at projekt "Gode hænder" har appelleret til en bestemt type borgere med større interesse for alternativ behandling, men at projektet har appelleret bredt.

Formålet med projekt "Gode hænder" har været at give kræftpatienter og pårørende i Kræftens Bekæmpelse et tilbud, som kunne være med til at øge livskvaliteten, og hvor fokus i højere grad lå på kroppen. Tilbuddet er på den måde tænkt som et supplement til samtaler og samtalegrupper. I forbindelse med modtagelse af behandling er brugerne blevet bedt om at vurdere tilfredsheden med behandlingen ud fra et spørgeskema. Det er deltagerens svar fra spørgeskemaet, der analyseres i rapporten i en samlet opgørelse af deltagerens erfaring med behandlingen.

### **1.3 Rapportens opbygning**

I afsnit 2 redegøres for den metode, der er anvendt i opgørelsen af deltagernes evaluering af behandlingen.

I afsnit 3 præsenteres uddrag fra interview med tidligere regionsleder Tove Winther Kvist, hvor Tove Winther Kvist fortæller om baggrunden for projekt "Gode hænder" og om rådgivernes erfaring med projektet.

I afsnit 4 fortæller Marianne Garst i et interview om, hvordan hun arbejder med terapeutisk massage i projekt "Gode hænder".

I afsnit 5 følger en præsentation af deltagerne i projekt "Gode hænder". I forbindelse med første behandling er deltagerne blevet bedt om at udfylde et stamdataskema med oplysning om køn, alder, diagnose, forventninger til behandlingen m.v. (se bilag 1). Præsentationen af deltagerne i projektet er opgjort på baggrund af oplysningerne fra stamdataskemaet.

I afsnit 6 følger en opgørelse af deltagernes evaluering af behandlingen. Efter hver behandling er deltageren blevet bedt om at udfylde og indsende et evalueringsskema til Kræftens Bekæmpelse (se bilag 2). I evalueringsskemaet er deltagerne blevet bedt om at afkrydse spørgsmål til oplevelsen af effekt af behandlingen, og deltagerne har haft mulighed for at komme med egne kommentarer til behandlingen (se afsnit 8 og bilag 5).

I afsnit 7 følger en redegørelse af tre længerevarende behandlingsforløb, hvor hver deltager har modtaget henholdsvis 9, 12 og 20 behandlinger.

I afsnit 8 er samlet et udpluk af deltagernes egne kommentarer til projekt "Gode hænder" og til deltagernes generelle oplevelse af behandlingen.

I afsnit 9 opsummeres deltagernes evaluering i en kort konklusion.

## 2. Metode

Evalueringen af projekt "Gode hænder" er foretaget på baggrund af evalueringsskemaer udfyldt af i alt 79 deltagere, der i perioden 2005-2006 har modtaget behandling med terapeutisk massage i Kræftens Bekæmpelse. I forbindelse med første behandling er deltagerne blevet bedt om at udfylde et stamdataskema med oplysning om køn, alder, diagnose, forventninger til behandlingen m.v. (se bilag 1). 3 ud af de 79 deltagere har ikke udfyldt stamdataskemaet.

Efter hver behandling er deltageren blevet bedt om at udfylde og indsende et evalueringsskema til Kræftens Bekæmpelse (se bilag 2). I evalueringsskemaet er deltagerne blevet bedt om at afkrydse spørgsmål til oplevelsen af effekt af behandlingen, og deltagerne har haft mulighed for at komme med egne kommentarer til behandlingen (se afsnit 8 og bilag 5). Deltagerne er blevet bedt om at angive, hvor mange behandlinger de har modtaget. Da der i enkelte tilfælde er "huller" i angivelsen af antal modtagne behandlinger, vurderes det, at deltagere i nogle tilfælde ikke har udfyldt evalueringsskema efter hver behandling i det samlede behandlingsforløb. Nogle af deltagerne har desuden været så belastet af deres sygdom, at de er blevet fritaget for at udfylde evalueringsskemaet. Samlet set indgår der derfor færre behandlinger i evalueringen end det samlede antal behandlinger, der er tilbudt deltagerne.

Størstedelen af deltagerne har gennemgået behandlingsforløb med modtagelse af op til seks behandlinger. Opgørelsen af evalueringerne bygger på evalueringsskemaer udfyldt efter de første seks behandlinger. 3 ud af de 79 deltagere har modtaget længerevarende behandlingsforløb med henholdsvis 9, 12 og 20 behandlinger. Svarene fra disse tre deltagere indgår i den samlede opgørelse for de første seks behandlinger vedkommende, derudover er behandlingsforløbene for de tre deltagere nærmere behandlet i afsnit 7. På baggrund af, at der i nogle tilfælde er "huller" i angivelsen af antal modtagne behandlinger (se ovenfor), må det antages, at flere end 3 deltagere har modtaget mere end seks behandlinger. Samtidigt er det sandsynligt, at de tre deltagere, der har modtaget længerevarende behandlingsforløb, hver især har modtaget behandlinger ud over de respektive 9, 12 og 20 behandlinger, der efterfølgende er evalueret. Bl.a. har deltageren, der har modtaget 20 behandlinger, selv angivet at have modtaget henholdsvis 1 og 4 behandlinger ved de to første evalueringsskemaer, men har ikke udfyldt evalueringsskema ved 2. og 3. behandling (se også afsnit 7.3).

I analysen af evalueringsskemaerne er der set bort fra deltagerens egen angivelse af antal modtagne behandlinger, og de første seks evalueringsskemaer fra hver deltager er i opgørelsen blevet betragtet som en evaluering af de første seks behandlinger, uafhængigt af den enkelte deltagers nummerering af den enkelte behandling. Tilsvarende er det samlede antal behandlinger for hver deltager opgjort ud fra antal udfyldte evalueringsskemaer, uafhængigt af deltagerens egen angivelse af antal modtagne behandlinger.

Opgørelsen af deltagerens evaluering bygger dels på oplysningerne fra stamdataskemaet med oplysning om deltagerens køn, alder, forventninger til behandling m.v., dels på oplysninger fra evalueringsskemaet med oplysning om deltagerens oplevelse af effekt af behandlingen. Oplysningerne fra stamdata- og evalueringsskemaer er analyseret på bag-

grund af simple frekvensfordelinger. Formålet med spørgeskemaundersøgelsen er at af-dække deltagernes tilfredshed med behandlingen. Der er dermed ikke tale om beregning af statistiske sammenhænge mellem behandling og effekt, men om en samlet opgørelse af deltagernes egenvurdering af behandlingen.



### 3. Projekt ”Gode hænder” – ideerne bag projektet

#### – interview med tidligere regionsleder Tove Winther Kvist

Tidligere regionsleder Tove Winther Kvist fortæller i et interview om baggrunden for oprettelsen af projekt ”Gode hænder”.

*Hvordan opstod ideen til projektet?*

Det har hele tiden været mit ønske at kunne tilbyde en bred vifte af aktiviteter inden for Kræftens Bekæmpelse som supplement til samtaler og samtalegrupper. At få mere fokus på kroppen. Det kunne også have været aktiviteter som kunstterapi eller et kreativt værksted. Noget som indbyder sanserne på en anden måde. At det lige blev terapeutisk massage er måske en tilfældighed.

*Hvordan er tilbuddet blevet modtaget af rådgiverne?*

I introfasen blev det modtaget lidt forskelligt. Med en sund skepsis, kunne man sige. Men meget hurtigt mærkede rådgiverne jo den respons, de fik fra brugerne. Jeg kan huske en af de allerførste gange ... vi har jo indrettet lokale til behandlingen oppe på førstesalen. Der er særligt én gang jeg husker, en kvinde, der havde lungekræft. Hun kæmpede sig op ad den der trappe, helt bleg. Og så se hende komme ned med klare øjne og røde kinder. Og det handlede ikke om, at hun kom ned med en tro på, at ”Nu overlever jeg nok det her”, men mere med den livsgnist, der ligger i at få afsluttet ordentligt. Hvor hun i behandlingen var kommet i kontakt med sig selv og sit åndedræt, eller hvad det nu er, der sker, og så kunne gå hjem og få taget en ordentlig snak med sin mand om, hvor det bar hen. Og for mig at se er der ikke nogen som helst tvivl om, at det meget hurtigt spredte sig til rådgiverne. Både de på forhånd begejstrede og de lidt mere skeptiske: ”Hvordan vi end måtte tænke om det her, så kan vi i hvert fald se, at det gør en forskel for vores brugere”. Det åbner op til noget, som måske ligger vældigt parat hos alvorligt syge mennesker ... og jeg vil da heller ikke sige, at vi ikke også får åbnet op for det i samtalerne, det tror jeg såmænd, vi gør, men som et supplement og for nogles vedkommende en vej uden om ordene. Det er simpelthen blevet en integreret del af vores tilbud. Og der har aldrig manglet klienter.

*Står der noget på hjemmesiden om tilbuddet?*

Meget lidt, og det er jo simpelthen fordi, vi blev bange for at blive løbet over ende. Så det har hovedsageligt været rådgiverne, der henviste til tilbuddet, og det viste sig meget hurtigt, at vi var *fint* selvsupplerende. De fleste har været en proces igennem, hvor der både har været et samtaleforløb, og så har der været et tilbud hos Marianne. Nogle enkelte har så kun gået hos Marianne. Og da tilbuddet konkret var der, så sagde det haps!

*Hvordan vurderer man som rådgiver, om man skal henvise til tilbuddet?*

Jeg tror da, vi i tidens løb har fået informeret nogle, som så ikke har vist sig interesseret. Der har sikkert også været nogle enkelte, som er kommet en enkelt gang og alligevel syn-

tes, at det var ... lidt for mærkeligt, eller hvad det nu måtte være. Men ellers kan man sige, at når folk kommer med en bred vifte af stressrelaterede symptomer, der jo plager ganske mange kræftpatienter, så er det helt oplagt at henvise til Marianne. Både kroppen og sjælen er jo stresset hos mange. Med søvnbesvær og forskellige mere eller mindre eller meget konkrete følgevirkninger af selve behandlingen. Mange taler om angst og bekymring, der hober sig op oveni. Jamen, så spørger man jo ofte i sådan en samtale, om han eller hun har prøvet at gå til afspænding eller yoga eller lignende. Nogle siger så, at det har de prøvet, men at de ikke lige synes, de har overskud til at melde sig på et hold nu. Når vi så fortæller, at vi faktisk har et tilbud, som de kan prøve her i huset, så siger de fleste, at det vil de *enormt* gerne prøve.

*Så der er stor interesse for det?*

Ja. Og der er jo også nogle af de her mere skeptiske, som har sagt: "Nu er det her et tilbud, og det er gratis, lad mig da bare prøve det". Og der har jo så været adskillige undervejs, som har oplevet, at det faktisk hjalp dem. Nogle har også oplevet, at det hjalp helt konkret på føleforstyrrelser i hænder og fødder.

*Hvilken betydning har det haft for rådgiverne at kunne henvise til tilbuddet?*

Når man står med mennesker, som er vældig, vældig stressede og kørt op, og man kan mærke, at man når en grænse for, hvad man alene kan tale sig til .... når et menneske kommer i en slags chokfase, hvor vi ikke er særligt tilgængelige verbalt, hvor det meget er kropskontakt, hvor vi på en måde regredierer til det, der var trøsterigt for os, da vi var små, nemlig at nogen holdt om os .... så er det jo egentligt det, Marianne gør på en uendeligt indfølelse og respektfuld måde over for folks grænser. Så er det faktisk et helt basalt møde i den fysiske kontakt.

*Og som ikke kan nås på samme måde i samtalen?*

Ikke på samme måde. Det kan den ikke. Der kunne jeg sagtens forestille mig en fremtidig bruger, der gik til samtaler her, gik hos Marianne og måske også deltog i Mindfulness Meditation<sup>1</sup>. Det kunne jeg sagtens forestille mig.

Det er jo det med sådan en kræftsygdom, specielt en ubehandlelig eller kronisk lidelse, den er kontroltab på kontroltab på kontroltab. Man mister kontrollen igen og igen og igen. Og her er der pludselig et område, som man har en eller anden slags kontrol med, men på en meget, meget blid måde. Der er noget, man selv kan gøre, det virker, det hjælper mig.

---

<sup>1</sup> 'Mindfulness Meditation' er en særlig meditationsform, hvor deltagerne lærer at fokusere på nu'et. Flere kræftrådgivninger er begyndt at implementere kurser i Mindfulness Meditation ([www.cancer.dk](http://www.cancer.dk)).

## 4. Projekt ”Gode hænder” – terapeutisk massage

### – interview med kropsterapeut Marianne Garst

Kropsterapeut Marianne Garst, der siden april 2006 har fungeret som behandler i projekt ”Gode hænder”, fortæller om sine erfaringer med projektet.

*Vil du fortælle lidt om, hvad en behandling med terapeutisk massage går ud på?*

Jeg arbejder både på det fysiske, psykiske og energimæssige plan. I sproget bruger vi jo meget udtrykket ’energi’. At man har for lidt og for meget ’energi’. I den terapeutiske massage arbejder jeg ikke kun på det fysiske plan med massage, men også på det energimæssige. Ligesom ved zoneterapi og akupunktur aktiverer jeg nogle energimæssige punkter.

Det energimæssige plan består af auraen, chakraer, energistrømme og energipunkter. Ordet aura betyder udstråling. I auraen findes fire energilag som beskriver forskellige sider af mennesket. Det inderste lag beskriver blandt andet menneskets livsenergi og fysiske velbefindende. Det næste lag beskriver følelserne. Det mentale lag findes rundt om hovedet og beskriver tanker og bevidstheden. Det yderste lag beskriver det åndelige og spirituelle aspekt af mennesket.

Når jeg arbejder på det energimæssige plan, kan jeg fornemme energierne med hænderne. Energilaget føles nærmest som hvis man forestiller sig, at man rører ved et fint spindelvæv. Hvis man får kemoterapi eller stråler kan det påvirke energilaget. Så kan det føles, som om det er klistret eller fedtet, eller som om der er huller i det. Med hænderne kan jeg gå ind og afbalancere de ubalancer og blokeringer, der kan være.

Nogle kan mærke forskellige reaktioner i kroppen på behandlingen, nogle gange under selve behandlingen og nogle gange først bagefter. Mange oplever en følelse af ro og afspændthed, næsten på grænsen til søvn. Under behandlingen kan nogle have en følelse af for eksempel snurren, eller af lethed eller tyngde, eller varme eller kulde. Nogle kan føle det i hele kroppen eller i dele af kroppen. Nogle oplever også følelsesmæssige reaktioner. Det kan være, at man føler mere ro og glæde, men det kan også være, at man kommer i kontakt med sorg eller vrede eller andre følelser, der har været undertrykt. På den måde oplever nogle, at behandlingen virker følelsesforløsende. Jeg gør en del ud af at forklare, at hvis der er noget, der blokerer i kroppen, for at der kan opstå en bedre balance, så kan det opleves som forskellige former for ubehag, når det giver slip. Man kan se det som noget, der løsner sig og forsvinder. Lige når det slipper kroppen, kan man godt opleve et umiddelbart ubehag, men bagefter bliver der rum for bedring.

*Hvordan forløber en typisk behandling?*

Jeg starter altid med en samtale, og slutter også altid af med at høre, hvordan klienten har det. Med den indledende samtale går jeg ind og afdækker, hvad problemet er og finder ud af, hvad det er jeg skal arbejde med i massagen. Jeg spørger til, hvor klienten er i sit forløb og hvilke fysiske gener, de har. Men jeg spørger også til, hvad det er, der er svært for

dem. Det er jo ikke det samme for alle patienter eller for alle mennesker. Så man får af-dækket, hvad problematikken er både fysisk og psykisk. Og så man kan se på, hvad det er, der er vigtigt at arbejde med. Så jeg arbejder både med samtalen og med massagen, både på det fysiske og det energimæssige plan.

*Der er nogle, der har skrevet i spørgeskemaet, at de har fået nogle konkrete øvelser af dig. Kan du give et eksempel på en øvelse?*

Ja, det kan være åndedrætsøvelser. En forskrækket person trækker ikke vejret helt igennem, og så kommer ilten ikke ordentligt rundt i kroppen. Så kan der let komme spændinger og ophobning af affaldsstoffer. Det er en måde til at få det rigtigt dårligt på. Så jeg arbejder med åndedrætsøvelser. F.eks. har jeg en øvelse, hvor jeg beder klienten om at lægge den ene hånd på maven på et punkt, der ligger fire fingersbredder under navlen. Det er et særligt punkt, der centrerer energien i kroppen. Så beder jeg klienten lægge hånden på det punkt og tælle til 21 ved at tælle ved hvert åndedræt. Vi kan som regel ikke holde koncentrationen i så lang tid, så kommer vores tanker og tager os væk. Så når vi opdager, at nu er vi taget væk, så skal vi slippe tankerne, og så skal vi gå tilbage til kroppen, eller gå tilbage til åndedrættet og fortsætte med at tælle. Så det er også en meditativ træning i, at vores tanker ikke skal tage over. Det er en meditativ træning i at blive herre i eget hus.

*Nogle af deltagerne har også skrevet, at de bruger visualiseringsøvelser. Er det også noget, du bruger i din behandling?*

Ja, hvis man har negative tanker, så kan man tale om, hvordan man kunne se på tingene på en anden måde. Hvis man nu kan være bange for, at man er svag, og at man ikke har det, der skal til, så kan man gå ind og sige nogle positive sætninger. Altså "jeg har nu den styrke, der skal til" eller "nu er jeg i god kontakt med min styrke" eller noget lignende. Så man laver nogle sætninger, hvor man får fat i den modsatte side. Så man ikke lader frygten køre det hele.

*Har du en fornemmelse af, hvad der mest gennemgående er på spil hos de mennesker, du har i behandling, hvad der plager dem?*

Der er jo flere planer i det. Fordi der er selvfølgelig en hel del fysiske gener. Som alle mennesker kender til, at kræftpatienter fortæller om. Det er træthed og en følelse af at være ved siden af sig selv. Der er også mange, der er overraskede over, at det tager så lang tid for dem at blive sig selv igen. De har svært ved at huske, og de har svært ved at overskue tingene, de er mere sarte. Og når der er gået tilpas lang tid efter, så bliver det også svært, for så forstår omgivelserne det heller ikke mere. Så kommer der en følelse af isolation og ensomhed. Og det tror jeg er grunden til, at mange henvender sig i Kræftens Bekæmpelse. Generelt tror folk også, at de er ovenpå meget hurtigere, end de er. Altså de ... man ved ikke så meget om de bivirkninger, der kommer bagefter, og at det tager sin tid.

*Altså det kunne f.eks. være føleforstyrrelser i fingre og tæer?*

Ja, og hukommelsesproblemer, og det at være træt og ikke rigtigt kunne magte det og psykisk lidt følsom og slet ikke er i stand til at håndtere stress på samme måde. Og der er mange, mange ting i det felt. Men mange lægger alt for hurtigt og ambitiøst ud.

*Hvordan har du oplevet reaktionerne fra dem, du har haft i behandling?*

Jeg har jo oplevet, at generelt så har de det meget bedre, når de går. De kommer mere i balance og er blevet afspændt. Mange oplever at få det bedre, både fysisk og psykisk. I nogle tilfælde kan der være tale om dramatiske ændringer til det bedre. Jeg tænker f.eks. på en ung mand, jeg behandlede. Han havde stærke nervesmerter efter operation og kemoterapi. Han manglede følelse i benene og havde vanskeligt ved at gå. På grund af nervesmerterne kunne jeg ikke give almindelig massage, fordi han ikke kunne tåle berøring af huden. Så jeg gav udelukkende energimæssig behandling uden massage af kroppen. De første gange var der ingen reaktioner på behandlingen, men efter fjerde eller femte behandling kom der pludselig en reaktion, hvor han fik kraftig uro i benene. I løbet af de følgende behandlinger mærkede han en væsentlig bedring af føleforstyrrelserne i benene og kunne gå uden støtte af krykker. Han er blandt de deltagere, der modtog et længere behandlingsforløb. Et andet eksempel er en ung kvinde, som også modtog behandling over længere tid. Hun havde daglige epileptiske anfald på grund af en hjernetumor, som ikke kan opereres. Hun oplevede en mærkbar nedgang i epileptiske anfald i tiden efter, hun havde fået behandling, og en bedre psykisk balance. På den måde er mit arbejde taknemmeligt, for folk får det generelt bedre.

*Sker det, at nogen melder fra efter første behandling?*

Nej, jeg tror ... jo, en enkelt. Og så har jeg oplevet én, som ringede til mig efter en behandling og fortalte, at hun havde svævet af sted og fået det så dejligt. Dagen efter igen, så fik hun det dårligt. Men hun kom midt i et behandlingsforløb, så hvad der var hvad, det var svært at sige. Jeg har faktisk kun oplevet én, der har sagt helt fra. Hun havde fået det meget bedre efter behandlingen, og hun ville faktisk gerne have en behandling til, hvis jeg bare ville give hende almindelig massage, uden at jeg arbejdede med det energimæssige. Men det kunne jeg jo godt, det var ikke noget problem.

*Så generelt har det mest været dig, der har været nødt til at sige, at nu kunne du ikke tilbyde flere behandlinger?*

Ja, og der har i hvert fald været én, der syntes, at man skulle have mindst fem behandlinger, før man kunne vurdere effekten. Men behandlingerne er jo også tænkt på den måde, at det skal være en hjælp til at komme videre på. For nogle har det været nok med de der tre gange og de afklarende samtaler. Og for nogle har de så kunnet bruge det til at gå videre. "Hvad skal jeg gøre for mig selv?" Få nogle ideer til, hvad der ville være godt at fortsætte med. Generelt så melder folk ikke afbud. Så det er et tilbud, som bliver værdsat. Og hvor der hurtigt kommer venteliste til.

## 5. Deltagere i projekt "Gode hænder"

I alt 79 kræftpatienter og pårørende, der i perioden 2005-2006 har modtaget behandling med terapeutisk massage, deltager i evalueringen af projektet.

I forbindelse med første behandling er deltagerne blevet bedt om at udfylde et stamdata-skema med oplysning om køn, alder, diagnose, forventninger til behandlingen m.v. (se bilag 1). Deltagerne i projektet præsenteres i det følgende på baggrund af oplysningerne fra stamdataskemaet.

### 5.1 Kræftpatient eller pårørende

Som nævnt i afsnit 1 var projekt "Gode hænder" fra begyndelsen rettet mod kræftpatienter såvel som pårørende, men har fra april 2007 udelukkende fungeret som et tilbud til kræftpatienter. Som det fremgår af tabel 1, har 63 af de i alt 79 deltagere oplyst at være kræftpatient (79,7%), mens 13 har oplyst at være pårørende (16,5%).

Tabel 1: Kræftpatient eller pårørende

	Patient	Pårørende	Uoplyst	I alt
Antal	63	13	3	79
Procent	79,7	16,5	3,8	100,0

### 5.2 Rådgivningsforløb i Kræftens Bekæmpelse

58 af deltagerne har oplyst, at de har deltaget i et rådgivningsforløb i Kræftens Bekæmpelse samtidigt med deltagelsen i projekt "Gode hænder" (73,4%). Det vil sige, at knap tre fjerdedele af deltagerne har deltaget i et rådgivningsforløb parallelt med deltagelsen i projektet.

Tabel 2: Rådgivningsforløb i Kræftens Bekæmpelse

	Ja	Nej	Uoplyst	I alt
Antal	58	16	5	79
Procent	73,4	20,3	6,3	100,0

### 5.3 Køn

Blandt de 79 deltagere er 64 kvinder (81%), og 15 er mænd (19%). Det vil sige, at lidt mere end fire ud af fem deltagere er kvinder.

Tabel 3: Køn

	Kvinder	Mænd	I alt
Antal	64	15	79
Procent	81,0	19,0	100,0

## 5.4 Alder

Den største andel af deltagerne er i aldersgruppen 60-69 år (29,1%), dernæst følger aldersgruppen 50-59 år (24,1%), 40-49 år (20,3%), 18-39 år (12,7%) og endelig 70-79 år (6,3%). Seks deltagere har ikke oplyst alder (7,6%). Over halvdelen af deltagerne er i aldersgruppen 50-69 år (53,2%).

Tabel 4: Alder

	18-39 år	40-49 år	50-59 år	60-69 år	70-79 år	Uoplyst	I alt
Antal	10	16	19	23	5	6	79
Procent	12,7	20,3	24,1	29,1	6,3	7,6	100,0

## 5.5 Diagnose

Blandt de 63 deltagere, der har oplyst at være kræftpatient (se tabel 1), er brystkræft den hyppigste kræftform (33,3%), efterfulgt af mave-tarmkræft (14,3%), hud- og modermærkekræft (12,7%), lungekræft (9,5%), livmoder-, livmoderhals- eller æggestokskræft (7,9%), lymfekræft (6,3%), hjernesvulst (4,8%) og prostatakkræft (4,8%).

Tabel 5: Diagnose

	Brystkræft	Mave-tarmkræft	Hud- og modermærkekræft	Lungekræft	Livmoder-, livmoderhals- eller æggestokskræft	Lymfekræft	Hjernesvulst	Prostatakkræft	Andet*	Uoplyst	I alt
Antal	21	9	8	6	5	4	3	3	3	1	63
Procent	33,3	14,3	12,7	9,5	7,9	6,3	4,8	4,8	4,8	1,6	100,0

\* Bugspytkirtelkræft (1,3%), Ewing Sarkom (1,3%), tungekræft (1,3%).

## 5.6 Konventionel behandling

Blandt de 63 kræftpatienter har 48 gennemgået operation (76,2%), 38 har modtaget kemo-terapi (60,3%), 22 har modtaget strålebehandling (34,9%), og 24 har modtaget anden behandling, herunder antihormonel behandling og behandling med Herceptin<sup>2</sup> (38,1%).

Tabel 6: Konventionel behandling<sup>3</sup>

	Operation	Kemoterapi	Strålebehandling	Anden behandling*	Uoplyst
Antal	48	38	22	24	3
Procent	76,2	60,3	34,9	38,1	4,8

\*Antihormonel behandling, Herceptin, antidepressiv behandling

<sup>2</sup> Stoffet trastuzumab (Herceptin®) kan reducere risikoen for, at brystkræft vender tilbage efter operation ([www.cancer.dk](http://www.cancer.dk)).

<sup>3</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100

## 5.7 Brug af alternativ behandling

Deltagerne er blevet spurgt, om de benytter alternativ behandling under nogen form. Blandt de 79 deltagere har 24 svaret 'ja' (30,4%), 51 har svaret 'nej' (64,6%). 4 har ikke oplyst, om de bruger alternativ behandling (5,1%).

Tabel 7: Brug af alternativ behandling

	Ja	Nej	Uoplyst	I alt
Antal	24	51	4	79
Procent	30,4	64,6	5,1	100,0

## 5.8 Alternativ behandling – behandlingstyper

Af de 24 brugere, der har angivet at benytte en eller flere alternative behandlingsformer, har 10 oplyst brugen af to former for alternativ behandling (41,7%), 7 har oplyst brugen af tre former for alternativ behandling (29,2%), og 1 har oplyst brugen af fire former for alternativ behandling (4,2%).

Tabel 8 viser, hvilke former for alternativ behandling der samlet set er de mest benyttede blandt deltagerne. Af tabellen fremgår det, at akupunktur er den mest benyttede form for alternativ behandling (58,3%), dernæst følger naturmedicin, kosttilskud eller kostvejledning (41,7%), healing og clairvoyance (29,2%), massage, afspænding eller kranio-sakral/terapi (20,8%), homøopati (4,2%), zoneterapi (4,2%) og anden behandling (12,5%). 1 har ikke oplyst hvilken alternativ behandlingsform, der benyttes (4,2%). I bilag 6 findes en alfabetisk ordliste med forklaring på de her nævnte former for alternativ behandling.

Tabel 8: Alternativ behandling - behandlingstyper<sup>4</sup>

	Akupunktur	Naturmedicin, kosttilskud eller kostvejledning*	Healing og clairvoyance	Massage, afspænding eller kranio-sakral/terapi	Homøopati	Zoneterapi	Anden behandling**	Uoplyst
Antal	14	10	7	5	1	1	3	1
Procent	58,3	41,7	29,2	20,8	4,2	4,2	12,5	4,2

\*Herunder mistelten

\*\*Heilpraktik, Humlegaarden, psykoterapi

## 5.9 Symptomer

Deltagerne er blevet spurgt, hvilke symptomer de har. Som det fremgår af tabel 9 næste side, har 63 af deltagerne (79,7%), eller lige knap fire femtedele, svaret, at de lider af træthed, 58 har svaret, at de lider af uro/anspændthed (73,4%), 43 at de lider af angst (54,4%), 39 at de lider af muskel- og ledsmerter (49,4%), 30 at de lider af prikken-

<sup>4</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100.



de/sovende fornemmelser i fingre/tæer (38%), 22 at de har problemer med fordøjelsen (27,8%), 22 at de har smerter direkte forårsaget af sygdom og behandling (27,8%), 17 har svaret, at de har spændingshovedpine (21,5%), 16 at de har hudproblemer (20,3%) og 24 har nævnt andre symptomer (30,4%).

Tabel 9: Symptomer<sup>5</sup>

	Træthed	Uro/an-spændtheden	Angst	Muskel- og led-smerter	Prik-kende/soven-de fornem-melser i fing-re/tæer	Proble-mer med fordø-jelsen	Smer-ter di-rette forårsaget af sygdom og be-hand-ling	Spæn-dings-hoved-pine	Hudpro-blemer	Andet*	Uop-lyst
Antal	63	58	43	39	30	22	22	17	16	24	5
Procent	79,7	73,4	54,4	49,4	38,0	27,8	27,8	21,5	20,3	30,4	6,3

\* 'Appetitløshed', 'hedestigninger', 'hoste', 'inkontinens', 'kvalme', 'lymfødem', 'søvnproblemer' m.m., heraf nævner 5 søvnproblemer.

## 5.10 Psykisk tilstand

Deltagerne er blevet spurgt til deres psykiske tilstand. Af tabel 10 fremgår det, at 34 har oplyst, at de føler sig uligevægtige (43%), 31 har svaret, at de føler sig deprimerede (39,2%), 11 har svaret, at de ikke føler nogen påfaldende ændring (13,9%), 21 har angivet andre psykiske forhold, herunder angst, tristhed og søvnproblemer (26,6%). 9 har ikke givet oplysninger om psykisk tilstand (11,4%).

Tabel 10: Psykisk tilstand<sup>6</sup>

	Uligevægtig	Deprimeret	Ingen på-faldende ændring	Andet*	Uoplyst
Antal	34	31	11	21	9
Procent	43,0	39,2	13,9	26,6	11,4

\*\*Angst', 'ked af det hele', 'sover ej ordentligt', 'stresset', 'tappet for energi', 'trist, sorgfuld', 'træt, overanstrengt, belastet', 'ukoncentreret' m.m.

## 5.11 Forventninger til behandlingen

Deltagerne er blevet spurgt til deres forventninger til behandlingen. Af tabel 11 næste side fremgår det, at 58 har svaret, at de forventer et bedre psykisk velbefindende (73,4%), 55 har oplyst, at de forventer et bedre fysisk velbefindende (69,6%), 31 har svaret, at de forventer færre muskelspændinger (39,2%), 8 har svaret, at de ikke har specifikke forvent-

<sup>5</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100.

<sup>6</sup> (Se note 5).

ninger (10,1%), 8 har oplyst andre forventninger, herunder afhjælpning af inkontinens, bedre søvn, formindskelse af stress m.m. (10,1%). 6 har ikke oplyst forventninger til behandlingen (7,6%).

Tabel 11: Forventninger til behandlingen<sup>7</sup>

	Bedre psykisk velbefindende	Bedre fysisk velbefindende	Færre muskel-spændinger	Ingen specifikke	Andet*	Uoplyst
Antal	58	55	31	8	8	6
Procent	73,4	69,6	39,2	10,1	10,1	7,6

\* 'afbalancering', 'at min inkontinens forsvinder', 'bedre søvn', 'formindskelse af fysisk/psykisk stressniveau', 'få en bedre kontakt med mig selv fysisk som psykisk, fysisk og psykisk bedre velvære', 'jeg er åben for alt, der kan gøre noget positivt for mig', 'kunne tænke mig at få nogle tips til at øge/forbedre flowet i min arm, øvelser el. lign. jeg selv kan gøre', 'meget spændt og nysgerrig'.

## 5.12 Deltagere i projekt "Gode hænder" – opsummering

I evalueringen af projekt "Gode hænder" deltager i alt 79 kræftpatienter og pårørende, der i perioden 2005-2006 har modtaget behandling med terapeutisk massage i Kræftens Bekæmpelse. I forbindelse med første behandling er deltagerne blevet bedt om at udfylde et stamdataskema med oplysning om køn, alder, diagnose, forventninger til behandlingen m.v. (se bilag 1).

Den typiske deltager i projekt "Gode hænder" er en kvinde i aldersgruppen 50-69 år. 81% af deltagerne er kvinder, 19% er mænd. Over halvdelen af deltagerne er i aldersgruppen 50-69 år (53,2%). Største aldersgruppe er 60-69 år (29,1%), dernæst følger 50-59 år (24,1%), 40-49 år (20,3%), 18-39 år (12,7%) og endelig 70-79 år (6,3%). 7,6% har ikke oplyst alder.

I begyndelsen var projekt "Gode hænder" et tilbud til kræftpatienter såvel som til pårørende. Fra april 2007 har projektet udelukkende fungeret som et tilbud til kræftpatienter. Størstedelen af deltagerne er kræftpatienter (79,7%), mens resten enten er pårørende (16,5%) eller ikke har oplyst status (3,8%).

Blandt de 63 deltagere, der har oplyst at være kræftpatient, er brystkræft den hyppigste kræftform (33,3%), efterfulgt af mave-tarmkræft (14,3%), hud- og modermærkekræft (12,7%), lungekræft (9,5%), livmoder-, livmoderhals- eller æggestokkræft (7,9%), lymfekræft (6,3%), hjernesvulst (4,8%) og prostatakkræft (4,8%).

Størstedelen af deltagerne bruger ikke alternativ behandling (64,6%). Blandt de deltagere, der benytter alternativ behandling (30,4%), er akupunktur den mest benyttede alternative behandlingsform (58,3%), dernæst følger naturmedicin, kosttilskud eller kostvejledning (41,7%), healing og clairvoyance (29,2%), massage, afspænding eller kranio-sakral/terapi (20,8%), homøopati (4,2%), zoneterapi (4,2%), anden behandling (12,5%). 4,2% har ikke oplyst hvilken form for alternativ behandling, der benyttes.

<sup>7</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100.

De typiske symptomer, som deltagerne oplyser, er træthed (79,7%) og uro/anspændthed (73,4%). Dernæst følger angst (54,4%), muskel- og ledsmerter (49,4%), prikkende/sovende fornemmelser i fingre/tæer (38%), problemer med fordøjelsen (27,8%), smerter direkte forårsaget af sygdom og behandling (27,8%), spændingshovedpine (21,5%), hudproblemer (20,3%) og andre symptomer (30,4%).

I forhold til psykisk tilstand oplyser 43%, at de føler sig uligevægtige, 39,2% at de føler sig deprimerede, 13,9% har svaret, at de ikke føler nogen påfaldende ændring, 26,6% har angivet andre psykiske forhold, herunder angst, tristhed og søvnproblemer, mens 11,4% ikke har givet oplysning om psykisk tilstand.

Størstedelen af deltagerne forventer at få et forbedret psykisk såvel som fysisk velbefindende af behandlingen. 73,4% forventer et bedre psykisk velbefindende, 69,6% bedre fysisk velbefindende, 39,2% forventer færre muskelspændinger, 10,1% har svaret, at de ikke har specifikke forventninger, 10,1% har oplyst andre forventninger, herunder afhjælpning af inkontinens, bedre søvn, formindskelse af stress m.m. 7,6% har ikke oplyst forventninger til behandlingen.

## 6. Deltagernes evaluering

I det følgende analyseres deltagernes evaluering af behandling på baggrund af oplysninger fra evalueringsskemaet (se bilag 2).

### 6.1 Antal modtagne behandlinger

De 79 deltagere i evalueringen af projekt "Gode hænder" har i gennemsnit modtaget 2,6 behandlinger, hvis der ses bort fra de tre deltagere, der hver især har modtaget henholdsvis 9, 12 og 20 behandlinger<sup>8</sup>.

54 har modtaget 2 behandlinger (68,4%), 31 har modtaget 3 behandlinger (39,2%), 17 har modtaget 4 behandlinger (21,5%), 11 har modtaget 5 behandlinger (13,9%), 7 har modtaget 6 behandlinger (8,9%), 3 har modtaget 9 behandlinger (3,8%), 2 har modtaget 12 behandlinger (2,5%), og 1 har modtaget 20 behandlinger (1,3%).

Tabel 12: Antal modtagne behandlinger

	1 behand- ling	2 behand- linger	3 behand- linger	4 behand- linger	5 behand- linger	6 behand- linger	9 behand- linger	12 behand- linger	20 behand- linger
Antal	79	54	31	17	11	7	3	2	1
Procent	<b>100,0</b>	<b>68,4</b>	<b>39,2</b>	<b>21,5</b>	<b>13,9</b>	<b>8,9</b>	<b>3,8</b>	<b>2,5</b>	<b>1,3</b>

I resten af afsnittet analyseres deltagernes evaluering af de op til seks behandlinger, som 76 af de 79 deltagerne maksimalt har modtaget, det vil sige 199 behandlinger i alt. Som nævnt i afsnit 2 er der enkelte tilfælde, hvor en deltager ikke har udfyldt evalueringsskema for en given behandling i et behandlingsforløb. I opgørelsen af evalueringerne er de første seks evalueringsskemaer fra hver deltager blevet betragtet som en evaluering af de første seks behandlinger, uafhængigt af den enkelte deltagers nummerering af den enkelte behandling. I afsnit 7 analyseres behandlingsforløbene for de tre deltagere, der hver især har modtaget mere end 6 behandlinger.

### 6.2 Hvordan passede den tid, der var afsat til behandlingen?

Deltagerne er blevet spurgt, hvordan den tid, der var afsat til behandlingen, passede. Som det fremgår af tabel 13 på næste side, svarer deltagerne gennemgående, at tiden, der var

<sup>8</sup> Som nævnt i afsnit 2 er deltagerne blevet bedt om selv at angive i evalueringsskemaet, hvor mange behandlinger de har modtaget. I enkelte tilfælde optræder der "huller" i angivelsen af antal modtagne behandlinger. Det vurderes derfor, at deltagere i nogle tilfælde ikke har udfyldt evalueringsskema efter hver behandling i det samlede behandlingsforløb. Nogle af deltagerne har desuden været så belastet af deres sygdom, at de er blevet fritaget for at udfylde evalueringsskemaet. Samlet set indgår der derfor færre behandlinger i evalueringen end det antal behandlinger, som deltagerne samlet set er blevet tilbudt. I analysen er antallet af behandlinger for hver deltager opgjort ud fra antal udfyldte evalueringsskemaer, uafhængigt af deltagerens egen angivelse af antal modtagne behandlinger.

afsat til behandlingen, var tilpas. I en samlet opgørelse af alle 199 behandlinger svares der ved 173 behandlinger, at der var afsat tilpas tid (86,9%), ved 23 behandlinger svares der, at der var afsat for lidt tid (11,6%), og ved 1 behandling svares der, at der var afsat for meget tid (0,5%). Ved den ene behandling, hvor deltageren har svaret, at der var afsat for meget tid, har deltageren i en generel kommentar til behandlingen skrevet: "Behandlingen fjernede voldsom kvalme og trykken i hovedet. Behandlingen gav stor inspiration til mit arbejde med at meditere. Behandlingen betød at jeg ikke havde nogen epileptiske anfald på dagen, ej heller i to dage efter" (Se også afsnit 7.3, hvor behandlingsforløbet for denne deltager er beskrevet nærmere). Selv om deltageren har afkrydset, at der var afsat for meget tid til behandlingen, så giver deltagerens kommentar til behandlingen ikke anledning til at konkludere, at deltageren generelt har været utilfreds med behandlingen.

Tabel 13: Tid afsat til behandlingen

<b>Hvordan passede den tid, der var afsat til be-</b>		<b>Tilpas</b>	<b>For lidt tid</b>	<b>For meget tid</b>	<b>Uoplyst</b>	<b>I alt</b>
1. behandling	Antal	71	8	0	0	79
	Procent	<b>89,9</b>	<b>10,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>100,0</b>
2. behandling	Antal	50	3	0	1	54
	Procent	<b>92,6</b>	<b>5,6</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	<b>100,0</b>
3. behandling	Antal	26	4	0	1	31
	Procent	<b>83,9</b>	<b>12,9</b>	<b>0,0</b>	<b>3,2</b>	<b>100,0</b>
4. behandling	Antal	13	4	0	0	17
	Procent	<b>76,5</b>	<b>23,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>100,0</b>
5. behandling	Antal	7	4	0	0	11
	Procent	<b>63,6</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>100,0</b>
6. behandling	Antal	6	0	1	0	7
	Procent	<b>85,7</b>	<b>0,0</b>	<b>14,3</b>	<b>0,0</b>	<b>100,0</b>
Alle behandlinger	Antal	173	23	1	2	199
	Procent	<b>86,9</b>	<b>11,6</b>	<b>0,5</b>	<b>1,0</b>	<b>100,0</b>

### 6.3 Hvordan oplevede du behandlingen?

Deltagerne er blevet spurgt, hvordan de oplevede behandlingen. Opgjort for alle 199 behandlinger svares der ved 185 behandlinger, at behandlingen oplevedes rart (93%), ved 165 behandlinger svares der, at behandlingen oplevedes afslappende (82,9%), ved 1 behandling svares der, at behandlingen oplevedes neutralt (0,5%), og ved 1 behandling, at behandlingen oplevedes anspændt (0,5%). Ved den ene behandling, hvor deltageren har svaret, at behandlingen oplevedes anspændt, har deltageren som en kommentar til sin

afkrydsning skrevet: "Ved massagen". Ingen har oplyst, at behandlingen oplevedes ubehageligt.

Tabel 14: Oplevelse af behandlingen<sup>9</sup>

Hvordan oplevede du behandlingen?		Rart	Afslappende	Neutralt	Anspændt	Ubehageligt	Uoplyst	I alt
1. behandling	Antal	73	65	1	0	0	0	139
	Procent	<b>92,4</b>	<b>82,3</b>	<b>1,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
2. behandling	Antal	49	45	0	0	0	1	95
	Procent	<b>90,7</b>	<b>83,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	
3. behandling	Antal	29	25	0	0	0	0	54
	Procent	<b>93,5</b>	<b>80,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
4. behandling	Antal	17	16	0	1	0	0	34
	Procent	<b>100,0</b>	<b>94,1</b>	<b>0,0</b>	<b>5,9</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
5. behandling	Antal	10	9	0	0	0	1	20
	Procent	<b>90,9</b>	<b>81,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,1</b>	
6. behandling	Antal	7	5	0	0	0	0	12
	Procent	<b>100,0</b>	<b>71,4</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
Alle behandlinger	Antal	185	165	1	1	0	2	354
	Procent	<b>93,0</b>	<b>82,9</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	

#### 6.4 Hvordan var oplevelsen af effekten?

Deltagerne er blevet spurgt, hvordan de oplevede effekten af behandlingen. Opgjort for alle 199 behandlinger svarer deltagerne ved flertallet af alle behandlinger, at de har oplevet et generelt forøget fysisk og psykisk velvære af behandlingerne. Som det fremgår af tabel 15 næste side svarer deltagerne ved 154 af de 199 behandlinger, at de har oplevet 'bedre psykisk velbefindende' (77,4%), ved 147 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'bedre fysisk velbefindende' (73,9%), ved 92 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'mindre uro og anspændthed' (46,2%), ved 85 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'bedre humør' (42,7%), ved 73 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'mere energi' (36,7%), og ved 67 behandlinger svarer deltagerne, at 'det var bare rart' (33,7%).

Ved et færre antal behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet effekt i forhold til mere konkrete symptomer. Ved 70 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'mindre muskelsmerter' (35,2%), ved 27 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'bedre

<sup>9</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100.

fordøjelse' (13,6%), og ved 24 behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet 'lindring af spændingshovedpine' (12,1%). Ved 1 ud af 199 behandlinger har deltageren rapporteret om 'ingen effekt' af behandlingen (0,5%). Ingen har svaret 'jeg brød mig ikke om behandlingen'.

Tabel 15: Oplevelse af effekten<sup>10</sup>

Oplevelse af effekt		Bedre psykisk velbefindende	Bedre fysisk velbefindende	Mindre uro/anspændthed	Bedre humør	Mere energi	Minde muskelsmerter	Det var bare rart	Bedre fordøjelse	Lindring af spændingshovedpine	Ingen effekt	Jeg brød mig ikke om behandlingen	Andet	I alt
1. behandling	Antal	54	50	27	25	23	26	34	8	8	0	0	18	274
	Procent	68,4	63,3	34,2	31,6	29,1	32,9	43,0	10,1	10,1	0,0	0,0	22,8	
2. behandling	Antal	40	41	26	27	19	17	16	5	4	1	0	11	208
	Procent	74,1	75,9	48,1	50,0	35,2	31,5	29,6	9,3	7,4	1,9	0,0	20,4	
3. behandling	Antal	28	27	17	15	13	9	7	3	5	0	0	6	130
	Procent	90,3	87,1	54,8	48,4	41,9	29,0	22,6	9,7	16,1	0,0	0,0	19,4	
4. behandling	Antal	16	13	11	9	8	9	5	4	2	0	0	1	78
	Procent	94,1	76,5	64,7	52,9	47,1	52,9	29,4	23,5	11,8	0,0	0,0	5,9	
5. behandling	Antal	10	9	7	5	6	6	3	4	3	0	0	2	55
	Procent	90,9	81,8	63,6	45,5	54,5	54,5	27,3	36,4	27,3	0,0	0,0	18,2	
6. behandling	Antal	6	7	4	4	4	3	2	3	2	0	0	1	36
	Procent	85,7	100,0	57,1	57,1	57,1	42,9	28,6	42,9	28,6	0,0	0,0	14,3	
Alle behandlinger	Antal	154	147	92	85	73	70	67	27	24	1	0	39	779
	Procent	77,4	73,9	46,2	42,7	36,7	35,2	33,7	13,6	12,1	0,5	0,0	19,6	

<sup>10</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100.

Ved 39 af de i alt 199 behandlinger (19,6%) har deltageren oplyst at have oplevet anden effekt end de foruddefinerede svarmuligheder i skemaet. I bilag 4 findes en samlet oversigt over deltagernes kommentarer til effekt af behandlingen. Den effekt, der rapporteres om, er overvejende af positiv karakter (se nedenfor), men ved tre behandlinger rapporterer deltageren om reaktioner, der må betegnes som negative. Disse analyseres nærmere i næste afsnit. Blandt kommentarerne om positiv effekt kan nævnes:

- alt var godt!
- det virkede alment bedrende på mange småskavanker
- efterfølgende mere energi
- følelsen af, at der bliver løst op på den uro og anspændthed, jeg har i hele kroppen
- god, dyb nattesøvn
- har taget smerten i min mave
- hosten reduceret
- jeg følte jeg svævede efter behandlingen og samtalen med Gitte
- jeg følte virkelig et løft efter behandlingen
- jeg går bedre
- kontakt med hele min krop
- mine angstspændinger over maven slap mig betydeligt
- noget indeni gav slip og blev fyldt med glæde!
- satte gang i maven og noget skete også med øjet
- tydelig nedgang i antallet af epileptiske anfald

(Se også bilag 4)

#### *6.4.1 Negative reaktioner på behandlingen*

Ved en del af behandlingerne har deltagerne beskrevet forskellige reaktioner på behandlingen, bl.a. træthed. En af deltagerne skriver: "Blev meget træt bagefter". En anden har skrevet "Lidt svimmelhed – varme", og en har skrevet "Varme i mine ar". En af deltagerne beskriver en medicinsk lugt ved urinen: "Efterfølgende 3 vandladninger var meget medicinsk lugtende (havde ikke spist eller taget nyt medicin forinden)". En anden har beskrevet, at der kom gang i fordøjelsen: "Var på toilettet 4 gange på to dage", og at der kom en reaktion i nerven i ansigtet: "min nerve i ansigtet reagerede i form af kløe og irriteret – aktivitet". En anden deltager har skrevet: "Var godt øm i flere dage".

Som behandler Marianne Garst fortæller om i interviewet i afsnit 4, er det almindeligt at opleve forskellige fysiske og psykiske reaktioner under eller efter behandlingen. De ovennævnte kommentarer til behandlingen kan ses som udtryk for, at deltageren har oplevet sådanne umiddelbare reaktioner.

Ved 3 ud af de i alt 199 behandlinger (1,5%) har deltageren beskrevet symptomer af mere alvorlig karakter. En af deltagerne skriver: "Haft mange smerter lig kemo-smerter", en anden skriver: "Fik mere ondt i maveregionerne" og en tredje skriver: "Humøret/psyken dykkede senere samme dag".

I det følgende gennemgås de tre behandlingsforløb nærmere, hvor deltageren har beskrevet at opleve negative reaktioner på behandlingen.



#### 6.4.1.1 Haft mange smerter lig kemo-smerter

Deltageren, der rapporterer om kemolignende smerter er en kvinde på 54 år, der i det følgende kaldes Mia. Mia er ikke kvindens rigtige navn. Mia har modtaget tre behandlinger i alt. Kommentaren om kemolignende smerter kommer efter tredje behandling.

Mia har gået i et parallelt rådgivningsforløb hos Kræftens Bekæmpelse og har oplyst at være diagnosticeret med brystkræft. Mia har gennemgået operation, kemoterapi og strålebehandling og har svaret, at hun ikke i øjeblikket benytter alternativ behandling, men tidligere har brugt akupunktur. Af symptomer nævner Mia 'smerter direkte forårsaget af sygdom eller behandling', og har ud for denne svarmulighed selv tilføjet 'meget', 'uro/an-spændthed', 'problemer med fordøjelsen', 'spændingshovedpine', 'muskel- og ledsmerter', 'træthed', 'angst', 'prikkende/sovende fornemmelser i fingre/tæer'. Under 'andet' har Mia tilføjet 'tinnitus i forbindelse med kemo'. Mia har afkrydset at føle sig 'uligevægtig' og 'deprimeret'. Af forventninger til behandlingen har Mia skrevet 'bedre psykisk velbefindende' og 'bedre fysisk velbefindende'. Som kommentar til projekt "Gode hænder" under Kræftens Bekæmpelse skriver Mia: "Et helt fantastisk godt tilbud, som jeg sætter stor pris på".

Efter første behandling har Mia skrevet, at behandlingen oplevedes 'rart' og 'afslappende'. Som svar på oplevelsen af effekten svarer Mia 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre humør, og 'det var bare rart'. Til spørgsmålet om effekten af behandlingen var som forventet afkrydser Mia 'bedre'. Som generel kommentar til behandlingen skriver Mia: "Jeg ser frem til næste gang. Det har 1. gang været forløsende på de byrder, jeg bærer rundt med. Jeg ser lidt mere positivt på mine fysiske gener. Kunne ca. 1 time efter behandlingen bedre dreje hovedet. Men spændingerne, smerterne er stadig de samme".

Efter næste behandling svarer Mia, at behandlingen føltes 'afslappende' og afkrydser som svar på oplevelsen af effekten 'bedre psykisk velbefindende, 'bedre fordøjelse', 'bedre humør'. Under 'andet' tilføjer Mia "efterfølgende 3 vandladninger var meget medicinsk lugtende (havde ikke spist eller taget nyt medicin forinden)". Til spørgsmålet om forventningen til effekten af behandlingen har Mia afkrydset 'bedre', men har selv tilføjet 'måske'. Som kommentar skriver Mia: " Det er jo helt fantastisk flot, så meget tid der er sat af til hver behandling. Jeg har dog brug for at få snakket min psykiske "tilstand" igennem, som Marianne jo bagefter er inde at røre ved".

Efter tredje behandling afkrydser Mia igen, at behandlingen føltes 'afslappende'. Til oplevelse af effekten afkrydser Mia 'det var bare rart'. Under 'andet' skriver Mia: "haft mange smerter lig kemo-smerter". Mia har til spørgsmålet om, hvornår hun kunne mærke effekten, afkrydset 'med det samme' og har selv tilføjet "ca. 2 timer efter – men starter igen. Andendagen kom stærke smerter". Ud for spørgsmålet, om effekten af behandlingen var som forventet, har Mia skrevet et spørgsmålstejn. Mia modtager ikke efterfølgende flere behandlinger end denne.

Det er usikkert, om Mias svar kan tolkes sådan, at de kemo-lignende smerter kan sættes direkte i forbindelse med behandlingen. Mia har afkrydset, at hun lider meget af smerter allerede inden behandlingens start. Det er derfor usikkert om de smerter, Mia oplever i

forbindelse med 3. behandling, er fremprovokeret af behandlingen eller ville være opstået uafhængigt af den modtagne behandling.

#### *6.4.1.2 Humøret/psyken dykkede senere samme dag*

Deltageren, der rapporterer om "et dyk" i humøret som en negativ reaktion på behandlingen, er en mand på 50 år, der i det følgende kaldes Poul. Poul er ikke mandens rigtige navn. Poul har modtaget tre behandlinger i alt. Kommentaren om "dykket" i humøret kommer efter første behandling.

Poul har gået i et parallelt rådgivningsforløb hos Kræftens Bekæmpelse og har oplyst at være diagnosticeret med lymfekræft. Poul har modtaget kemoterapi og har svaret, at han benytter akupunktur. Af symptomer nævner Poul 'uro/anspændthed', 'træthed' og 'prikkende/sovende fornemmelser i fingre/tæer'. Poul har oplyst, at han ikke har nogen specifikke forventninger til behandlingen, men har under 'andet' skrevet: "meget spændt og nysgerrig". Som kommentar til projekt "Gode hænder" som tilbud under Kræftens Bekæmpelse skriver Poul: "et kanon flot tilbud".

Efter første behandling har Poul skrevet, at behandlingen oplevedes 'rart' og 'afslappende'. Som svar på oplevelsen af effekten svarer Poul 'bedre psykisk velbefindende', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som kommentar til 'andet' skriver Poul: "men humøret/psyken dykkede senere samme dag". Poul afkrydser, at han kunne mærke effekten med det samme, og at effekten af behandlingen var bedre end forventet. Som kommentar skriver Poul: "God oplevelse, men dykket samme dag - og de næste dage - var stort".

Efter anden behandling afkrydser Poul, at behandlingen oplevedes 'rart' og 'afslappende', at han oplevede 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør' og 'mere energi'. Poul har svaret, at effekten kunne mærkes med det samme, og at effekten var bedre end forventet. Som kommentar skriver Poul: "Det er et flot tilbud, som I har givet her!!!!".

Efter tredje behandling afkrydser Poul fortsat, at behandlingen oplevedes rart og afslappende, at han oplevede 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende' og 'det var bare rart'. Effekten oplevedes med det samme, og effekten af behandlingen var som forventet. Som kommentar skriver Poul: "Flot tilbud - jeg går også til akupunktur, og min vurdering er, at healingen har virket bedst på mine "nervesmerter" i fødderne".

I kommentarerne til oplevelse af behandlingen udtrykker Poul generelt tilfredshed med behandlingen og vurderer selv, at behandlingen har haft en effekt på nervesmerter i fødderne. Efter første behandling skriver Poul, at hans humør faldt senere samme dag og kommenterer, at det var en "[g]od oplevelse, men dykket samme dag - og de næste dage - var stort". Poul forbinder nedgangen i humøret med behandlingen, men forbinder også lindring af nervesmerter i fødderne med behandlingen. Gennemgående udtrykker Poul tilfredshed med behandlingen.

### 6.4.1.3 Fik mere ondt i maveregionerne

Deltageren, der rapporterer om smerter i maveregionen, har ikke udfyldt stamdataskema. Der er tale om en kvinde, der i det følgende kaldes Trine. Trine er ikke kvindens rigtige navn. Trine har modtaget to behandlinger i alt. Kommentaren om smerter i maveregionen kommer efter første behandling.

Efter første behandling har Trine skrevet, at behandlingen oplevedes 'rart'. Til spørgsmålet om oplevelsen af effekten har Trine afkrydset 'det var bare rart'. Trine har afkrydset, at hun kunne mærke effekten over de næste dage. Trine har ikke afkrydset, om behandlingen var som forventet (spørgsmål 9.c.) og skriver som kommentar til behandlingen: "Jeg har ikke svaret på 9.c., da min effekt var, at jeg fik mere ondt i maveregionerne".

Efter anden behandling har Trine skrevet, at behandlingen oplevedes 'afslappende'. Til spørgsmålet om oplevelsen af effekten har Trine afkrydset 'mindre uro/anspændthed'. Trine har afkrydset, at hun kunne mærke effekten senere samme dag. Til spørgsmålet om effekten af behandlingen var som forventet, har Trine svaret, at effekten var bedre. Som kommentar til behandlingen skriver Trine: "Jeg har været meget glad for de 2 behandlinger, jeg har fået, blot synes jeg, det er meget svært at bedømme effekten blot efter 2 behandlinger. Jeg synes der burde gives minimum 5 behandlinger".

Trine skriver som kommentar til oplevet effekt, at hun fik smerter i maveregionen. Samtidigt giver Trine i sin generelle kommentar til behandlingen udtryk for, at hun har været glad for behandlingen, at det kan være svært at bedømme effekten efter to behandlinger, og at tilbuddet derfor burde lyde på fem behandlinger.

En nærmere gennemgang af de tre behandlingsforløb giver ikke grundlag for at konkludere, at deltagere, der har indrapporteret negative reaktioner på behandlingen generelt har været utilfredse med behandlingen, ligesom det er usikkert, om de negative reaktioner har været direkte fremprovokeret af behandlingen. Mia, der rapporterer om kemolignende smerter, har således oplyst at lide meget af smerter forud for behandlingen, og Trine, der oplyser at have fået smerter i maveregionen, giver udtryk for at have været glad for behandlingen, og at det er svært at bedømme effekten af behandlingen efter to behandlinger. Dette sammenholdt med, at ingen deltagere har afkrydset, at de ikke brød sig om behandlingen, og at kommentarerne til behandlingen overvejende er positive, giver grundlag for at konkludere, at deltagerne generelt er tilfredse med behandlingen og kun i meget begrænset omfang oplever negative reaktioner på behandlingen.

## 6.5 Hvornår kunne du mærke effekten?

Deltagerne er blevet spurgt, hvornår de kunne mærke effekten af behandlingen. Af tabel 16 på næste side fremgår det, at ved over halvdelen af behandlingerne mærkede deltageren en effekt med det samme (55,3%), ved 85 ud af 199 behandlinger mærkede deltageren en effekt over de næste dage (42,7%), og ved 70 behandlinger ud af 199 oplevede deltageren en effekt senere samme dag (35,2%). Ved 6 af de 199 behandlinger har deltageren afkrydset 'jeg mærkede ikke synderlig ændring' (3%).

Tabel 16: Hvornår kunne du mærke effekten? <sup>11</sup>

Hvornår kunne du mærke effekten?		Med det samme	Over de næste dage	Senere samme dag	Jeg mærkede ikke synderlig ændring	Uoplyst	I alt
1. behandling	Antal	45	34	22	3	3	107
	Procent	<b>57,0</b>	<b>43,0</b>	<b>27,8</b>	<b>3,8</b>	<b>3,8</b>	
2. behandling	Antal	29	18	20	1	1	69
	Procent	<b>53,7</b>	<b>33,3</b>	<b>37,0</b>	<b>1,9</b>	<b>1,9</b>	
3. behandling	Antal	20	14	9	1	0	44
	Procent	<b>64,5</b>	<b>45,2</b>	<b>29,0</b>	<b>3,2</b>	<b>0,0</b>	
4. behandling	Antal	9	9	7	0	0	25
	Procent	<b>52,9</b>	<b>52,9</b>	<b>41,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
5. behandling	Antal	4	6	8	1	0	19
	Procent	<b>36,4</b>	<b>54,5</b>	<b>72,7</b>	<b>9,1</b>	<b>0,0</b>	
6. behandling	Antal	3	4	4	0	0	11
	Procent	<b>42,9</b>	<b>57,1</b>	<b>57,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
Alle behandlinger	Antal	110	85	70	6	4	275
	Procent	<b>55,3</b>	<b>42,7</b>	<b>35,2</b>	<b>3,0</b>	<b>2,0</b>	

## 6.6 Var effekten af behandlingen som forventet?

Deltagerne er blevet spurgt, om effekten af behandlingen var som forventet. Af tabel 17 på næste side fremgår det, at ved 63,2% af behandlingerne oplevede deltageren bedre effekt end forventet, ved 26,9% af behandlingerne var effekten den samme som forventet, ved 3,5% af behandlingerne var effekten af behandlingen mindre end forventet, og ved 0,5% af behandlingerne oplevede deltageren ingen effekt af behandlingen<sup>12</sup>.

<sup>11</sup> Deltagerne har kunnet sætte mere end ét kryds, hvorfor procentangivelserne summer til mere end 100.

<sup>12</sup> En af deltagerne har både sat kryds ved 'bedre' og 'samme', hvorfor procentangivelserne er beregnet ud fra 201 behandlinger.

Tabel 17: Var effekten af behandlingen som forventet?

Var effekten af behandlingen som forventet?		Bedre	Samme	Mindre	Ingen effekt	Uoplyst	I alt
1. behandling	Antal	52	14	4	1	8	79
	Procent	<b>65,8</b>	<b>17,7</b>	<b>5,1</b>	<b>1,3</b>	<b>10,1</b>	<b>100,0</b>
2. behandling	Antal	29	22	1	0	2	54
	Procent	<b>53,7</b>	<b>40,7</b>	<b>1,9</b>	<b>0,0</b>	<b>3,7</b>	<b>100,0</b>
3. behandling	Antal	19	9	2	0	1	31
	Procent	<b>61,3</b>	<b>29,0</b>	<b>6,5</b>	<b>0,0</b>	<b>3,2</b>	<b>100,0</b>
4. behandling	Antal	14	4	0	0	0	18*
	Procent	<b>77,8</b>	<b>22,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>100,0</b>
5. behandling	Antal	8	3	0	0	1	12*
	Procent	<b>66,7</b>	<b>25,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>8,3</b>	<b>100,0</b>
6. behandling	Antal	5	2	0	0	0	7
	Procent	<b>71,4</b>	<b>28,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>100,0</b>
Alle behandlinger	Antal	127	54	7	1	12	201
	Procent	<b>63,2</b>	<b>26,9</b>	<b>3,5</b>	<b>0,5</b>	<b>6,0</b>	<b>100,0</b>

\* En af deltagerne har både sat kryds ved 'bedre' og 'samme'.

## 6.7 Deltagernes evaluering – opsummering

Efter hver behandling er deltagerne blevet bedt om at udfylde og indsende et evalueringsskema til Kræftens Bekæmpelse (se bilag 2). I evalueringsskemaet er deltagerne blevet bedt om at afkrydse spørgsmål til oplevelsen af effekt af behandlingen.

Ved langt størstedelen af behandlingerne har deltagerne oplyst, at de fandt den tid, der var afsat til behandlingen, tilpas (86,9%). Ved lidt mere end hver 10. behandling har deltageren svaret, at der var afsat for lidt tid til behandlingen (11,6%). Ved 1 behandling svares der, at der var afsat for meget tid (0,5%).

I oplevelsen af behandlingen svares der ved langt størstedelen af behandlingerne, at behandlingen oplevedes rart (93%), og at behandlingen oplevedes afslappende (82,9%). Ved 1 behandling er svaret, at behandlingen oplevedes neutralt (0,5%), og ved 1 behandling, at behandlingen oplevedes anspændt (0,5%). Ingen har oplyst, at behandlingen oplevedes ubehageligt.

I oplevelsen af effekten af behandlingen svares der ved flertallet af alle behandlinger, at behandlingen har givet et generelt forøget psykisk og fysisk velvære. Den oftest angivne effekt af behandlingen er oplevelsen af 'bedre psykisk velbefindende' (77,4%), dernæst følger oplevelsen af 'bedre fysisk velbefindende' (73,9%), 'mindre uro og anspændthed' (46,2%), 'bedre humør' (42,7%), 'mere energi' (36,7%), og 'det var bare rart' (33,7%). Ved et færre antal behandlinger svarer deltagerne, at de har oplevet effekt i forhold til mere konkrete symptomer. Heraf oplyses der ved flest behandlinger 'mindre muskelsmerter' (35,2%), dernæst 'bedre fordøjelse' (13,6%), og endelig følger 'lindring af spændingshovedpine' som den mindst hyppigt rapporterede effekt af behandlingen (12,1%). Ved 1 behandling rapporterede deltageren om 'ingen effekt' af behandlingen (0,5%). Ingen har svaret 'jeg brød mig ikke om behandlingen'.

Ved 39 behandlinger har deltageren oplyst at have oplevet anden effekt end de foruddefinerede svarmuligheder i skemaet (19,6%). Af anden effekt oplyser deltagerne bl.a. bedre søvn, reduktion af hoste, bedre fordøjelse, færre smerter og nedgang i epileptiske anfald.

Ved en del af behandlingerne har deltagerne beskrevet forskellige umiddelbare reaktioner på behandlingen, så som bl.a. træthed og gang i fordøjelsen. Ved 3 behandlinger (1,5%) har deltagerne beskrevet reaktioner på behandlingen af mere negativ karakter; en har beskrevet oplevelsen af kemolignende smerter, en anden at få mere ondt i maveregionerne, og en tredje beskriver "et dyk" i humøret. En nærmere gennemgang af de tre behandlingsforløb giver ikke grundlag for at konkludere, at deltagere, der har indrapporteret negative reaktioner på behandlingen, generelt har været utilfredse med behandlingen, ligesom det er usikkert, om de negative reaktioner har været direkte fremprovokeret af behandlingen. Sammenholdt med, at ingen deltagere har afkrydset, at de ikke brød sig om behandlingen, og at kommentarerne til behandlingen overvejende er positive, konkluderes det, at deltagerne generelt er tilfredse med behandlingen og kun i meget begrænset omfang har oplevet negative reaktioner på behandlingen.

Til spørgsmålet om effekten af behandlingen var som forventet har deltagerne ved størstedelen af behandlingerne oplevet bedre effekt end forventet (63,8%), ved lidt over en fjerdedel af behandlingerne var effekten den samme som forventet (27,1%), ved 7 behandlinger oplevede deltagerne mindre effekt af behandlingen end forventet (3,5%), og ved 1 behandling oplevede deltageren ingen effekt af behandlingen (0,5%).

## 7. Tre længerevarende behandlingsforløb

Når man ser bort fra de tre deltagere, der har modtaget længere behandlingsforløb, har alle brugere i gennemsnit modtaget 2,6 behandling. De tre deltagere, der har modtaget længere behandlingsforløb, har modtaget henholdsvis 9, 12 og 20 behandlinger (se også note 8). I det følgende ses nærmere på disse tre behandlingsforløb.

### 7.1 Ni behandlinger

Den deltager, der har modtaget ni behandlinger, er en mand på 42 år. I det følgende kaldes han Lars. Lars er ikke mandens rigtige navn.

Lars har ikke oplyst kræftdiagnose, men angiver at være kræftpatient og at have modtaget operation og kemoterapi. Lars benytter ikke anden alternativ behandling. Af symptomer nævner Lars 'smerter direkte forårsaget af sygdom eller behandling', 'uro/anspændthed', 'muskel- og ledsmerter', 'træthed', 'prikkende/sovende fornemmelser i fingre/tæer'. Lars har afkrydset, at han føler sig deprimeret. Af forventninger har Lars ingen specifikke. Som en kommentar til behandleren har Lars skrevet, at han har nervesmerter.

Gennemgående for de ni behandlinger oplyser Lars at have oplevet 'bedre humør' (alle 9 behandlinger), 'mere energi' (8 behandlinger), 'bedre psykisk velbefindende' (8 behandlinger) og 'bedre fysisk velbefindende' (7 behandlinger).

Gennemgående i kommentarerne beskriver Lars en oplevelse af at få mere følelse i benene og at gå bedre: "Jeg kunne mærke en kraftig påvirkning i forbindelse med healing af benene (prikken og uro). Benene føles lettere, og jeg går bedre og længere" (femte behandling).

Som afsluttende kommentar til behandlingerne skriver Lars: "Jeg er meget ked af at behandlingerne stopper, da jeg har haft meget stor effekt af behandlingerne, hvilket mange andre muligvis også kunne få stor glæde af. Jeg er overbevist om, at Mariannes behandlinger er årsag til min store bedring/fremgang" (ottende behandling).

#### 1. behandling

Efter første behandling har Lars afkrydset, at han har oplevet 'bedre humør' og 'mere energi' (spørgsmål 9.a.). Som kommentar skriver Lars: "M.h.t. punkt 9.a. oplever min kone klart mit humør som bedre, mere afslappet/mindre anspændt og mere energisk. Jeg oplevede selv en meget voldsom træthed umiddelbart efter og de næste par dage".

#### 2. behandling

Efter anden behandling har Lars afkrydset, at han har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre humør' og 'det var bare rart'. Lars har ingen generel kommentar efter anden behandling.

### 3. behandling

Efter tredje behandling har Lars afkrydset, at han har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Lars har ingen generel kommentar efter tredje behandling.

### 4. behandling

Efter fjerde behandling har Lars afkrydset, at han har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør', 'mere energi' og 'det var bare rart'. Der er ingen generel kommentar efter fjerde behandling.

### 5. behandling

Efter femte behandling afkrydser Lars at have oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som kommentar skriver Lars: "Jeg kunne mærke en kraftig påvirkning i forbindelse med healing af benene (prikken og uro). Benene føles lettere, og jeg går bedre og længere".

### 6. behandling

Efter sjette behandling afkrydser Lars fortsat 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør', 'mere energi', 'det var bare rart' og skriver som kommentar til 'andet': "Jeg går bedre". I en generel kommentar skriver Lars: "Jeg har kunnet mærke, at jeg ikke har fået behandling, imens Marianne var syg".

### 7. behandling

Efter syvende behandling afkrydser Lars at have oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Der er ingen kommentarer efter syvende behandling.

### 8. behandling

Efter ottende behandling afkrydser Lars at have oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som kommentar skriver Lars: "Jeg er meget ked af at behandlingerne stopper, da jeg har haft meget stor effekt af behandlingerne, hvilket mange andre muligvis også kunne få stor glæde af. Jeg er overbevist om, at Mariannes behandlinger er årsag til min store bedring/fremgang".

### 9. behandling

Som efter foregående behandling afkrydser Lars efter niende og sidste behandling at have oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør' og 'mere energi'. Der er ingen kommentarer efter den sidste behandling.



## 7.2 Tolv behandlinger

Den deltager, der har modtaget tolv behandlinger, er en kvinde på 42 år. I det følgende kaldes hun Hanne. Hanne er ikke kvindens rigtige navn.

Hanne har oplyst at være brystkræftpatient og at have modtaget operation, kemoterapi, strålebehandling og behandling med Herceptin. Hanne har afkrydset, at hun benytter alternativ behandling, zoneterapi, heilpraktik og at hun tager gurkemeje og grøn te som supplement. Af symptomer har Hanne afkrydset 'smerter direkte forårsaget af sygdom eller behandling', 'uro/anspændthed', 'muskel- og ledsmerter', 'træthed' og 'angst'. Hanne har afkrydset, at hun føler sig 'uligevægtig' og 'deprimeret'. Af forventninger til behandlingen har Hanne skrevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende' og 'færre muskelspændinger'.

Gennemgående for de tolv behandlinger oplyser Hanne at have oplevet 'bedre psykisk velbefindende' (alle 12 behandlinger), 'bedre fysisk velbefindende' (11 behandlinger), 'bedre humør' (11 behandlinger), 'mindre uro/anspændthed' (9 behandlinger), 'mindre muskelsmerter' (7 behandlinger), og 'mere energi' (7 behandlinger).

I de generelle kommentarer til behandlingen skriver Hanne, at hun er glad for de øvelser, hun har fået, at hun har oplevet "mindre stress og bedre jordforbindelse" (syvende behandling), "afklaring" (ottende behandling) og "en følelse af glæde og overskud" (niende behandling).

Hanne skriver i kommentarerne, at tilbuddet giver hende noget andet end de samtalegrupper, hun har prøvet at deltage i: "Samtalegrupperne er for hårdt for mig psykisk. Det er så tungt og negativt. Massagen derimod giver mig en følelse af lindring, håb og optimisme. Jeg bliver opløftet i modsætning til samtalegrupperne, hvor jeg har det værre, når jeg går hjem" (tiende behandling). Hanne beskriver massagen som et frirum: "Jeg glæder mig til massagen og synes, det er et frirum for mig. Godt at mærke kroppen og komme væk fra tankerne" (ellefte behandling).

Som afsluttende kommentar til behandlingerne skriver Hanne: "Jeg er så glad for, at der også findes et tilbud om behandling af kroppen – så det ikke kun er samtaler, der tilbydes. Det er en positiv og opløftende oplevelse. Jeg synes, det er meget ærgerligt, at det stopper" (tolvte behandling).

### 1. behandling

Efter første behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Hanne har ingen generel kommentar efter første behandling.

### 2. behandling

Efter anden behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed',

'bedre humør' og 'mere energi'. Hanne har ingen generel kommentar efter anden behandling.

### 3. behandling

Efter tredje behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre uro/anspændthed' og 'det var bare rart'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "De øvelser, jeg fik af massøren, har også haft stor effekt. Vældig positivt :)".

### 4. behandling

Efter fjerde behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Der er ingen generel kommentar efter fjerde behandling.

### 5. behandling

Efter femte behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Der er ingen generel kommentar efter femte behandling.

### 6. behandling

Efter sjette behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Der er ingen generel kommentar efter sjette behandling.

### 7. behandling

Efter syvende behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre uro/anspændthed' og 'bedre humør'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "Jeg får mindre stress og bedre jordforbindelse. Tror mere på, at jeg bliver rask igen - at det nok skal gå".

### 8. behandling

Efter ottende behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "Jeg har fået mere afklaring omkring mit liv. Færre smerter".

### 9. behandling

Efter niende behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "Jeg fik en følelse af glæde og overskud, som holdt et stykke tid".

## 10. behandling

Efter tiende behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter' og 'bedre humør'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "Jeg har fået nogle øvelser, som hjælper mig med at holde balancen mentalt. Samtalegrupperne er for hårdt for mig psykisk. Det er så tungt og negativt. Massagen derimod giver mig en følelse af lindring, håb og optimisme. Jeg bliver opløftet i modsætning til samtalegrupperne, hvor jeg har det værre, når jeg går hjem".

## 11. behandling

Efter ellefte behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'bedre fordøjelse', 'mindre uro/anspændthed' og 'bedre humør'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "Jeg glæder mig til massagen og synes, det er et frirum for mig. Godt at mærke kroppen og komme væk fra tanker".

## 12. behandling

Efter tolvte og sidste behandling har Hanne afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende' og 'bedre humør'. Som generel kommentar har Hanne skrevet: "Jeg er så glad for, at der også findes et tilbud om behandling af kroppen – så det ikke kun er samtaler, der tilbydes. Det er en positiv og opløftende oplevelse. Jeg synes, det er meget ærgerligt, at det stopper".

## **7.3 Tyve behandlinger**

Den deltager, der har modtaget tyve behandlinger, er en kvinde på 45 år. I det følgende kaldes hun Rikke. Rikke er ikke kvindens rigtige navn.

Rikke har oplyst at have en hjernesvulst. Af behandling har Rikke skrevet, at hun ikke har modtaget anden behandling end behandling for epilepsi. Rikke har afkrydset, at hun benytter anden alternativ behandling, akupunktur, psykoterapi og sund kost. Af symptomer har Rikke afkrydset 'uro/anspændthed', 'spændingshovedpine', 'muskel- og ledsmerter', 'træthed', 'angst', 'hudproblemer' og som kommentar til 'andet' har Rikke skrevet "kvalme, søvnløshed". Rikke svarer, at hun føler sig 'uligevægtig' og har under 'andet' skrevet, at hun føler sig angst. Af forventninger har Rikke skrevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende' og 'færre muskelspændinger'.

Gennemgående for de tyve behandlinger oplyser Rikke at opleve 'bedre psykisk velbefindende' (alle 20 behandlinger), 'bedre fysisk velbefindende' (alle 20 behandlinger), 'bedre humør' (alle 20 behandlinger), 'mindre muskelsmerter' (19 behandlinger), 'mindre uro/anspændthed' (19 behandlinger), 'mere energi' (18 behandlinger) og 'lindring af spændingshovedpine' (15 behandlinger).

Gennemgående i kommentarerne skriver Rikke, at hun har oplevet en nedgang i epileptiske anfald. Første gang Rikke nævner nedgangen i epileptiske anfald er efter femte be-

handling: "Tydelig nedgang i antallet af epileptiske anfald". Samtidigt skriver Rikke, at hun har fået inspiration gennem behandlingen til at meditere: "Behandlingen fjernede voldsom kvalme og trykken i hovedet. Behandlingen gav stor inspiration til mit arbejde med at meditere. Behandlingen betød at jeg ikke havde nogen epileptiske anfald på dagen, ej heller i to dage efter" (sjette behandling). Rikke beskriver, at hun gennem meditation søger at holde de epileptiske anfald nede og beskriver, at hun oplever, at behandlingen støtter hende i den proces: "Min hjernesvulst giver mig epilepsi (mild grad) med op til to anfald dagligt. Jeg arbejder gennem meditation på at holde epilepsien nede. Behandlingen hos Marianne hjælper i sig selv – og støtter mig i mit eget arbejde. Effekten er en mærkbar nedgang i antal af anfald" (syvende behandling).

Ud over en oplevelse af nedgang i epileptiske anfald beskriver Rikke en oplevelse af at føle sig psykisk bedre rustet: "Marianne støtter mig i at få hold på, hvad der giver de mange spændinger i min krop. Hun støtter mig i at tage mine særlige problemer med min sygdom alvorligt og at tage ansvar for at handle i forhold til dem. Denne støtte er helt uundværlig, fordi Marianne dermed gør mig i stand til bedre og bedre SELV at tackle mit nye liv som uhelbredeligt syg – og bevare livsmødet. Det giver mig mere energi, at jeg får troen tilbage på, at jeg kan magte det her. Min familie kan også mærke stor forskel. Siger, at jeg er gladere og mere udadvendt og positiv i forhold til min sygdom efter besøg hos Marianne" (trettende behandling).

### 1. behandling

Efter første behandling har Rikke afkrydset, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør', 'det var bare rart' og har som kommentar til 'andet' skrevet: "inspirerende, giver nyt mod og tro". Som generel kommentar skriver Rikke: "Gitte formår ved såvel sin fysiske som psykiske indsats at stimulere og hjælpe mig til at få samling på mig selv og give mig opmærksomheden tilbage på, at jeg kan hjælpe mig selv og har kræfterne til det".

### 2. behandling

Efter anden behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter' 'mindre uro/anspændthed' og 'bedre humør'. Rikke har i evalueringsskemaet selv angivet, at dette er den fjerde behandling, hun har modtaget. Af Rikkes kommentar efter behandlingen fremgår det ligeledes, at Rikke må have modtaget mere end én forudgående behandling (se nedenfor). Som nævnt i afsnit 2 er der i den samlede analyse set bort fra deltagerens egne angivelser af antal modtagne behandlinger, således at de første seks evalueringsskemaer fra hver deltager betragtes som en evaluering af de første seks behandlinger, uafhængigt af deltagerens egen nummerering af behandlingerne. Tilsvarende er det samlede antal behandlinger, som hver deltager har modtaget, opgjort ud fra antal udfyldte evalueringsskemaer, uafhængigt af deltagerens egen angivelse af antal modtagne behandlinger. Da Rikke har udfyldt 20 evalueringsskemaer, beregnes Rikkes samlede antal behandlinger følgelig i analysen som 20 i alt, og de første seks evalueringsskemaer betragtes som Rikkes første seks behandlinger. Ud fra Rikkes egne angivelser må det imidlertid antages, at Rikke har modtaget flere behandlinger end de 20 evaluerede behandlinger.

I evalueringsskema nr. 2 skriver Rikke en længere kommentar til sin oplevelse af behandlingen:

"Gitte har behandlet mig i april, maj og juni, en meget turbulent periode i mit sygdomsforløb. I forbindelse med min indlæggelse, hvor jeg fik foretaget en biopsi, hjalp Gitte mig dagen inden til at fokusere mine fysiske og psykiske kræfter. Det var en fantastisk stor hjælp både før, undervejs og efter forløbet. Gittes massage og samtale har hver gang bragt mig stor ro og velbefindende - og dermed ny optimisme. Jeg er også blevet hjulpet med meget dybe muskelspændinger, som har forstyrret min søvn. Gittes behandlinger giver mig en god nattesøvn. Kontakten mellem Gitte og mig er altid god, fordi hun møder mig, der hvor jeg er - og så starter hun der. Det betyder meget for mig, fordi jeg ikke har så meget overskud til at forklare de op- og nedture, jeg har - eller undskyldte at jeg ikke er så sej som sidst".

### 3. behandling

Efter tredje behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør', 'mere energi' og som kommentar til 'andet' skriver Rikke: "God, dyb nattesøvn". Som mere generel kommentar skriver Rikke: "Da det er begrænset, hvor mange gange man kan få gratis konsultationer hos Gitte, vil jeg håbe, det bliver muligt for Gitte og Kræftens Bekæmpelse, at hun også kan give behandlinger mod betaling i Roskilde-området. Jeg vil nemlig meget gerne fortsætte hos Gitte som fast klient, men der er for langt til hendes klinik i Nordsjælland".

### 4. behandling

Efter fjerde behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør', 'mere energi'. Der er ingen generel kommentar efter fjerde behandling.

### 5. behandling

Efter femte behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'bedre humør', 'mere energi' og som kommentar til 'andet' skriver Rikke: "Tydelig nedgang i antallet af epileptiske anfald". Som generel kommentar har Rikke skrevet et længere brev til behandleren, Gitte:

"Kære Gitte

Jeg skriver til dig her, fordi jeg simpelthen må fortælle dig mere om det, der er sket, siden du healede mig sidst den 7. november. På selve dagen hjalp healingen mig gennem en forfærdelig dag, hvor jeg blev scannet på Riget og mødte min bror, Rune<sup>13</sup> på røntgengangen. Jeg følte mig samlet og rolig om end også meget træt, MEN jeg havde overhovedet inden anfald den dag. Samtidigt fik jeg jo endnu engang under healingen nogle meget

---

<sup>13</sup> 'Rune' er et opdigtet navn.

klare billeder af healingens effekt på min hjerne og på svulsten. Dem har jeg brugt i min meditation og visualisering siden. Heller ingen anfald den næste dag (tirsdag) selvom det var en ond dag og svær at komme igennem, da vi fik et forfærdeligt svar på Runes scanning.

Runes kræft er ikke bukket under for den tre-kombinationsbehandling han har modtaget. Både svulsten i pancreas og metastaserne i leveren er vokse (meget) og der er kommet nye metastaser til. I dagene herefter var det meget svært at holde humøret bare nogenlunde oppe, svært at finde ro. Jeg var og er fortvivlet over Runes situation og det var svært ikke at blive meget bange. Men det hjalp mig, at du havde sagt, at du mente det så godt ud for mig. Og som sagt brugte jeg billederne fra healingen i meditationen og visualiseringen. Jeg satte det op til minimum 40 min. dagligt. Jeg fik næsten ingen anfald højst 2 og flere dage ingen! Og det selvom jeg var helt vildt anspændt og havde flere raseri- og grådudbrud i de dage.

Den 14. november var jeg så til samtale om min egen scanning. Overlæge [navn udeladt] fortalte os, at svulsten ikke var vokset, det ser endda ud til, at den er svundet en lille smule. De har ingen forklaringer på det, har aldrig før set det med en svulst af den størrelse og infiltration. Jeg fik svar på mine spørgsmål, som drejede sig meget om hvordan svulsten faktisk ser ud, hvordan dens masse er osv., fordi jeg følte jeg havde brug for den viden til min meditation og visualisering. Jeg fortalte ham så, at jeg får healing og mediterer/visualiserer og han opfordrede mig kraftigt til at fortsætte. Han vil ikke udelukke at det har effekt. Det er jeg helt sikker på at det har! Din healing har dels effekt i sig selv er jeg sikker på og dels har den hjulpet mig til at finde vejen. Jeg har en meget stærk oplevelse af, at det ikke er noget jeg selv gør. Jeg åbner mig for det, der kan hjælpe mig. Jeg er meget taknemmelig og takker Gud, for det er ham jeg tror på. Jeg er også meget taknemmelig for at have mødt dig.

Siden den 14. november har jeg arbejdet meget med meditation og visualisering. Jeg har fundet et lille meditationsbegynderkursus her i byen. Jeg har meget glæde af det. Min epilepsi falder mere og mere til ro. Halvdelen af dagene har jeg haft 0 anfald, de andre dage et. Nu satser jeg på at lave en flot 0-serie (fx tre dage med 0 anfald). Jeg glæder mig meget til at vi ses den 5. december".

## 6. behandling

Efter sjette behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som generel kommentar skriver Rikke: "Behandlingen fjernede voldsom kvalme og trykken i hovedet. Behandlingen gav stor inspiration til mit arbejde med at meditere. Behandlingen betød at jeg ikke havde nogen epileptiske anfald på dagen, ej heller i to dage efter".

## 7. behandling

Efter syvende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar til 'andet': "Ingen epileptiske anfald på dagen og dagen efter". Som generel kommentar skriver Rikke: "Min hjernesvulst giver mig epilepsi (mild grad) med op til to anfald dagligt. Jeg arbejder gennem meditation på at holde epilepsien nede. Behandlingen hos Marianne

hjælper i sig selv – og støtter mig i mit eget arbejde. Effekten er en mærkbar nedgang i antal af anfald”.

#### 8. behandling

Efter ottende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som generel kommentar skriver Rikke: ”Selv om jeg var meget anspændt, udmattet og skidt tilpas, betød behandlingen, at jeg fik det meget bedre”.

#### 9. behandling

Efter niende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar til 'andet': ”Særdeles god effekt af hovedbehandling. Voldsom hovedpine gik helt væk”. Som generel kommentar skriver Rikke: ”Jeg vil gerne fremhæve oplevelsen af at falde til ro psykisk og fysisk. Blive samlet og få mod til at arbejde videre selv”.

#### 10. behandling

Efter tiende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som generel kommentar skriver Rikke: ”I denne behandling hjalp Marianne mig via massage til at komme i kontakt med meget dybe lag af spændinger og at få disse løst op. Det gav en stor effekt i form af markant bedre velbefindende – og håb”.

#### 11. behandling

Efter ellefte behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Der er ingen generel kommentar efter ellefte behandling.

#### 12. behandling

Efter tolvte behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Som generel kommentar skriver Rikke: ”Jeg går altid fra Marianne med nyt mod og inspiration til at styrke mig selv og kæmpe mod sygdommen. Min epilepsi er altid (hver gang jeg har været til behandling) mindre i dagene efter (effekt holder 3-4 dage), jeg går fra 1-3 anfald om dagen til max. 1, mange gange 0”.

### 13. behandling

Efter trettende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Hjælp til at finde ro i tankerne og et fokus at arbejde med midt i kaos. VIGTIGT: Min epilepsi bliver mærkbart påvirket af massagen. Jeg har 50% færre anfald i hvert fald en uge efter". Som generel kommentar skriver Rikke: "Marianne støtter mig i at få hold på, hvad der giver de mange spændinger i min krop. Hun støtter mig i at tage mine særlige problemer med min sygdom alvorligt og at tage ansvar for at handle i forhold til dem. Denne støtte er helt uundværlig, fordi Marianne dermed gør mig i stand til bedre og bedre SELV at tackle mit nye liv som uheldeligt syg – og bevare livsmodet. Det giver mig mere energi, at jeg får troen tilbage på, at jeg kan magte det her. Min familie kan også mærke stor forskel. Siger, at jeg er gladere og mere udadvendt og positiv i forhold til min sygdom efter besøg hos Marianne".

### 14. behandling

Efter fjortende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Virkning på epilepsi: Færre anfald". Rikke har ingen generel kommentar efter fjortende behandling.

### 15. behandling

Efter femtende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Effekt på antallet og styrken af epileptiske anfald". Rikke har ingen generel kommentar efter femtende behandling.

### 16. behandling

Efter sekstende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Markant færre epilepsianfald fra 2-3 om dagen til 0-1 om dagen". Rikke har ingen generel kommentar efter attende behandling.

### 17. behandling

Efter syttende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Stor effekt på epilepsi". Som generel kommentar skriver Rikke: "I 4 dage efter behandlingen havde jeg 0 anfald, hvor normen er 1-3 dagligt. Jeg blev rolig og afkla-



ret i forhold til min scanning og det efterfølgende svar, som heldigvis var, at min svulst ikke er vokset. Overlægen vil ikke afvise, at massage/healing og meditation har betydning”.

#### 18. behandling

Efter attende behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør' og 'mere energi'. Rikke har ingen generel kommentar efter attende behandling.

#### 19. behandling

Efter nittende behandling afkrydser, at hun har oplevet Rikke 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Stor effekt på epilepsi (normalt har jeg 2-3 anfald dagligt. Her havde jeg 0 i 4 dage og i ugen efter kun 1 om dagen. De sidste dage af 14-dages perioden nogle dage igen med 2". Rikke har ingen generel kommentar efter nittende behandling.

#### 20. behandling

Efter tyvende og sidste behandling afkrydser Rikke, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'lindring af spændingshovedpine', 'bedre humør', 'mere energi' og skriver som kommentar under 'andet': "Som altid effekt på min epilepsi og på min balance". Som generel kommentar skriver Rikke: "Muligvis på grund af min sygdom (svulst i venstre side af hjernen) har jeg ofte en oplevelse af ubalance mellem højre og venstre side og bliver svimmel. Marianne har ud over behandlingen givet mig en øvelse, som hjælper".

### **7.4 Længerevarende behandlingsforløb – opsummering**

Gennemgangen af de tre behandlingsforløb viser, at de tre deltagere, der har modtaget længerevarende behandlingsforløb på henholdsvis 9, 12 og 20 behandlinger, gennemgående udtrykker tilfredshed med behandlingen og angiver at have oplevet forskellige former for effekt af behandlingen.

Lars, der har modtaget 9 behandlinger, beskriver gennemgående, at han har oplevet 'bedre humør', 'mere energi', 'bedre psykisk velbefindende' og 'bedre fysisk velbefindende'. I kommentarerne skriver Lars, at han oplever at få mere følelse i benene og at gå bedre og oplever selv, at den oplevede effekt er et resultat af behandlingen: "Jeg er overbevist om, at Mariannes behandlinger er årsag til min store bedring/fremgang".

Hanne, der har modtaget 12 behandlinger, beskriver gennemgående, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør', 'mindre uro/anspændthed', 'mindre muskelsmerter', og 'mere energi'. I kommentarerne skriver Hanne, at hun er glad for de øvelser, hun har fået, at hun har oplevet "mindre stress og bedre jordforbindelse" og "en følelse af glæde og overskud". Hanne skriver desuden, at

tilbuddet giver hende noget andet end de samtalegrupper, hun har prøvet at deltage i, der var for hårdt for hende psykisk. Til sammenligning beskriver Hanne massagen som "et frirum" og udtrykker glæde over et tilbud om behandling af kroppen "så det ikke kun er samtaler, der tilbydes".

Rikke, der har modtaget 20 behandlinger, beskriver gennemgående, at hun har oplevet 'bedre psykisk velbefindende', 'bedre fysisk velbefindende', 'bedre humør', 'mindre muskelsmerter', 'mindre uro/anspændthed', 'mere energi' og 'lindring af spændingshovedpine'. Rikke understreger i sine kommentarer, at hun oplever en tydelig nedgang i epileptiske anfald af behandlingen og nævner nedgangen i anfaldene flere gange i kommentarerne. F.eks. skriver Rikke efter 14. behandling: "Min epilepsi er altid (hver gang jeg har været til behandling) mindre i dagene efter (effekt holder 3-4 dage), jeg går fra 1-3 anfald om dagen til max. 1, mange gange 0".

Ud over at beskrive en nedgang i epileptiske anfald beskriver Rikke også en oplevelse af at føle sig psykisk bedre rustet til at håndtere sygdomsforløbet: "Denne støtte er helt uundværlig, fordi Marianne dermed gør mig i stand til bedre og bedre SELV at tackle mit nye liv som uhelbredeligt syg – og bevare livsmodet".

## 8. Deltagernes egne kommentarer

I spørgeskemaerne har deltagerne haft mulighed for at beskrive deres holdning til projekt "Gode hænder" under Kræftens Bekæmpelse, og efter hver behandling for at kommentere deres generelle oplevelse af behandlingen. I det følgende er en samlet oversigt over deltagerne kommentarer.

### 8.1 Deltagernes kommentarer til projekt "Gode hænder"

I stamdataskemaet, som deltagerne blev bedt om at udfylde med oplysning om køn, alder, forventninger til behandlingen m.m., har deltagerne fået mulighed for at kommentere på spørgsmålet: "Hvad mener du om at Kræftens Bekæmpelse giver et tilbud som dette på forsøgsbasis?" (se bilag 1).

Gennemgående udtrykker deltagerne tilfredshed med, at Kræftens Bekæmpelse har taget initiativ til projektet. Deltagerne lægger dels vægt på, at det er rart med et tilbud inden for det alternative behandlingsområde, fordi det kan være svært selv at finde en behandler, man har tillid til, dels at det er godt med et tilbud, der har kroppen i fokus som alternativ til samtaler.

I det følgende er et udpluk af kommentarerne (se bilag 3 for en samlet oversigt over alle kommentarer):

Dejligt, at der er et alternativ til samtale. Rart, at de er åbne over for andet end den lægelige side.

Dejligt - lige hvad jeg kunne have brug for.

Det er et fint tilbud og bør gøres permanent og i alle dele af landet.

Det er et godt tiltag. Det er svært som kræftpatient at finde ud af, hvad man kan bruge af alternativ behandling.

Det er et meget fint tilbud. Et "lyspunkt" når man som jeg føler sig svigtet og magtesløs.

Det er jeg superglad for, da det lige er, hvad jeg har brug for. Jeg håber meget at kunne få mange behandlinger. Det er helt fantastisk, og jeg er meget glad for det.

En rigtig god idé.

Et kanon flot tilbud.

Fantastisk.

Fint.

Fremragende initiativ, som jeg venter mig meget af.

Glimrende!

God idé.

Jeg mener at det er et utrolig godt initiativ og jeg tror at Kræftens Bekæmpelse eller det etablerede sundhedssystem kunne få glæde af at bygge bro til den mere holistiske verden - både i forskning/behandling og forebyggelse.

Jeg synes det er en god idé, for der er mange alternative evner og behandlinger, men det er uoverskueligt at finde en, som er seriøs.

Jeg synes det er fint at Kræftens Bekæmpelse også forsøger alternative veje i forhold til et større velbefindende både fysisk og psykisk.

Strålende, at det ikke kun er samtaler, selvcentreret bliver man let.

Super god idé!

Synes det er alle tiders.

Særdeles godt initiativ.

## **8.2 Deltagernes kommentarer til behandlingerne**

I evalueringsskemaet, hvor deltagerne blev bedt om at afkrydse spørgsmål til oplevelsen af effekt af behandlingen, fik deltagerne mulighed for at kommentere deres generelle oplevelse af tilbuddet. Deltagerne er blevet spurgt: "Har du flere kommentarer så skriv venligst her" (se bilag 2).

Deltagernes kommentarerne er dels udtryk for, 1) at behandlingen i sig selv har været rar at modtage, 2) oplevelse af forskellige reaktioner på behandlingen, 3) oplevelse af symptomer, der er blevet lindret, 4) oplevelse af bedre at kunne håndtere sygdommen, 5) ønsker om at modtage flere behandlinger, og at tilbuddet kunne udbydes til kræftpatienter generelt.

I det følgende er samlet et udpluk af kommentarer under de fem hovedgrupperinger (se bilag 5 for en samlet oversigt over alle kommentarer):

### *8.2.1. Selve behandlingen*

Flere deltagere giver udtryk for, at selve det at modtage behandlingen har været behageligt:

Dejligt med en behandling, hvor jeg rigtigt kunne slappe af. Føler mig "forkælet" (1. behandling).

Fordi der bliver arbejdet med hele kroppen, fik jeg en fuldstændig fornemmelse af lethed både fysisk og psykisk, derved et totalt velvære (1. behandling).

Gittes hænder gør "noget". Det var som en varme der bredte sig i begge mine ben. Det var meget behageligt (2. behandling).

### 8.2.2. Reaktionen på behandlingen

Flere deltagere giver udtryk for forskellige reaktioner på behandlingen. Det kan være en oplevelse af ro, afslappelse og/eller mere energi:

Det var en meget behagelig behandling. Et par dage efter behandlingen fik jeg en dejlig ro i hele kroppen, og ny energi til at gøre forskellige ting (1. behandling).

Efter behandlingen svævede jeg ned gennem Roskilde. Tusind, tusind tak (1. behandling).

En virkelig god oplevelse, der giver velvære og livskvalitet (2. behandling).

Jeg glæder mig til hver behandling. Den ro, jeg får i krop og sjæl, trænger jeg så utrolig meget til (2. behandling).

Tak fordi jeg har måttet være med i projektet. Det har hjulpet - både samtalen inden og selve behandlingerne - under min kemokur (2. behandling).

Jeg føler, jeg får mere energi efter behandlingen. Den giver virkelig et løft og forbedrer mit humør (3. behandling).

Den ro og gennemstrømning, behandlingen har givet mig, har ganske enkelt været en væsentlig forbedring af min livskvalitet i den sværeste tid i mit liv. Jeg ved, at jeg taler for mange fra Kræftens Bekæmpelse, for vi har snakket meget sammen om det velvære, vi har følt efter og under behandlingerne (5. behandling).

Flere deltagere har også beskrevet oplevelsen af reaktioner på behandlingen som træthed, kvalme, hovedpine og gang i fordøjelsen. En del af deltagerne beskriver dette som forbigående reaktioner eller som en form for "udrensning" af kroppen:

Efter behandlingen fik jeg kvalme - (hvad jeg ellers ALDRIG har). Det fortog sig efter en times tid. Jeg havde hjertebanken og følte mig meget varm (1. behandling).

Jeg havde meget kraftig reaktion i mave/tarmregionen i form af megen afføring/diarré på tredjedagen (1. behandling).

M.h.t. punkt 9.a. oplever min kone klart mit humør som bedre, mere afslappet/mindre anspændt og mere energisk. Jeg oplevede selv en meget voldsom træthed umiddelbart efter og de næste par dage (1. behandling).

Min hovedpine blev værre, men det er jo nok fordi der er blevet frigivet nogle affaldsstoffer. Jeg glæder mig meget til næste behandling (1. behandling).

Samme dag og dagene efter er mine hedeure blevet voldsommere og flere. Til gengæld er de blevet færre om natten, hvilket har betydet en bedre søvn i indtil videre et par nætter (1. behandling).

Jeg var overrasket over effekten i forhold til fordøjelsen, samt hvor hurtigt efter behandlingen jeg havde brug for at sove (2. behandling).

En af deltagerne beskriver også, at behandlingen har givet afløb for vrede:

Min vrede er kommet ud for fulde udblæsning. Vreden var der i forvejen. Jeg troede nok, jeg var blevet bedre til at rumme den (1. behandling).

### 8.2.3. Lindring af symptomer

Flere af deltagerne beskriver oplevelsen af, at forskellige symptomer er blevet lindret af behandlingen:

Gitte er et dejligt menneske med en stor indlevelsessevne og forståelse af min situation. Massagen og "gode hænder" gav mig følelsen af at alt ubehag forsvandt fra hele min krop og sjæl. Angst og uro forsvandt. Jeg har ikke brugt sovetabletter siden. Min hoste blev meget reduceret i de følgende dage og er først vendt tilbage nu en uge senere (1. behandling).

Kombinationen af samtale og kropslig behandling var meget givtig. Massagen har været virksom i flere dage. Også godt med healing - og fantastisk at spytksekretionen kan komme i gang igen (1. behandling).

Har utroligt mange spændinger og myoser, som denne behandling hjælper med (2. behandling).

Jeg var glad for måden, især Marianne masserede, da det var blidt og afstressende. Dette har jeg meget brug for. Under behandlingen mærkede jeg på et tidspunkt, som "et bælte" af uforløste traumer, der sad dybt forankret i ryggen. Jeg håber flere behandlinger til at løse op (2. behandling).

Jeg mærker en masse "kriblen" i benene, også i det ben, jeg ikke har lymfødeme i, og der sker noget. Jeg håber på længere sigt at kunne få støttestrømperne af noget længere, måske den halve dag. De er meget varme at ha' på (3. behandling).

Den første serie af kemo, jeg fik her i efteråret, blev jeg meget dårlig – med kvalme og diarré, men efter besøg hos Marianne har jeg oplevet, at 2. serie i kemo var helt uden bivirkninger. Jeg er overbevist om, at behandlingen hos Marianne har en medvirkende årsag (4. behandling).

Jeg har været meget glad for den behandling jeg har fået, og jeg tror og håber at arvævet er blevet mindre (6. behandling).

En af deltagerne giver udtryk for at opleve en effekt, men ikke at kunne præcisere hvori det består:

Der sker noget, men jeg kan ikke præcisere det (3. behandling).

### 8.2.4. Hjælp til håndtering af sygdomsforløb

Flere af deltagerne giver udtryk for, at de føler sig psykisk styrket og bedre rustet til at håndtere sygdomsforløbet:

Efter et meget belastende syge- og behandlingsforløb er massage en virkelig god måde at bryde uheldige cirkler på. Psykiske spændinger, som blandes med fysiske fornemmelser og angst, kan virkelig sætte sig. Jeg kunne gerne have ønsket, at jeg gennem hele mit kemoforløb havde fået massage. Jeg er sikker på, at jeg ville have været bedre til at håndtere alle de nye følelser og fornemmelser. Jeg har aldrig lidt af angst før. Det i sig selv var en ny og ukendt oplevelse, som gav fysiske reaktioner, som jeg kom til at blande med min sygdom og behandling. Det var en ond cirkel, som ord ikke kunne dulme. Jeg tror, at i sådanne situationer regredierer vi voksne helt tilbage til spædbarnsstadiet, hvor det kun er kærlige hænder, der kan berolige os. Få de gode energier til at arbejde for os igen (1. behandling).

Gitte formår ved såvel sin fysiske som psykiske indsats at stimulere og hjælpe mig til at få samling på mig selv og give mig opmærksomheden tilbage på, at jeg kan hjælpe mig selv og har kræfterne til det (1. behandling).

Vores samtale var en meget god oplevelse for mig. Dine forslag om nærvær giver gode tanker som jeg tror vil give resultater i tiden som kommer. Desuden var det at snakke om liv og død med dig befriende, for jeg mærkede du helt vidste og forstod mine synspunkter, som jeg føler mig meget alene med (1. behandling).

Ens livskvalitet i kemobehandling er meget vigtig. I min 2. behandlingsserie har jeg været glad og optimistisk. Jeg nyder hvert minut. Livsenergi gi's ikke i pilleform. (Jeg tror på, at det er den man overlever på). Og vi skal ikke kun overleve, vi skal leve, også mens vi er i kemobehandling (4. behandling).

### *8.2.5. Ønske om flere behandlinger*

Flere deltagere giver udtryk for ønsket om flere behandlinger:

Et forløb med flere behandlinger ville være absolut ønskelig - meget positiv oplevelse. Tak! (1. behandling).

Et rigtig godt tilbud! For at opnå større effekt mener jeg, at der kræves flere behandlinger pr. patient/pårørende. En behandling giver den enkelte en god fornemmelse af, om massage kan være den rette hjælp/behandling (1. behandling).

Jeg har været meget glad for de 2 behandlinger, jeg har fået, blot synes jeg, det er meget svært at bedømme effekten blot efter 2 behandlinger. Jeg synes der burde gives minimum 5 behandlinger (2. behandling).

Jeg kunne godt ønske oftere behandlinger, men jeg ved jo godt, at vi er mange, der har behovet (4. behandling).

Tilsvarende giver flere deltagere udtryk for ønsket om, at tilbuddet kunne gives til alle kræftpatienter:

Selv om jeg kun har fået én behandling, må jeg stærkt anbefale behandlingen for kræftpatienter. Måden at blive behandlet på var en kærlig og fantastisk oplevelse (1. behandling).

Dette burde være et gratis tilbud til alle kræftpatienter (3. behandling).

## **8.3 Deltagernes egne kommentarer – opsummering**

Gennemgående udtrykker deltagerne tilfredshed med, at Kræftens Bekæmpelse har taget initiativ til projekt "Gode hænder". Deltagerne lægger dels vægt på, at det er rart med et tilbud inden for det alternative behandlingsområde, fordi det kan være svært selv at finde en behandler, man har tillid til, dels at det er godt med et tilbud, der har kroppen i fokus som alternativ til samtaler, f.eks. skriver en af deltagerne: "Jeg synes det er fint at Kræftens Bekæmpelse også forsøger alternative veje i forhold til et større velbefindende både fysisk og psykisk".

Deltagernes generelle kommentarer til behandlingen kan inddeles i fem hovedgrupperinger, hvor deltagerne dels giver udtryk for, 1) at behandlingen i sig selv har været rar at modtage, 2) oplevelse af forskellige reaktioner på behandlingen, 3) oplevelse af symptomer, der er blevet lindret, 4) oplevelse af bedre at kunne håndtere sygdommen, 5) ønsker om at modtage flere behandlinger, og at tilbuddet kunne udbydes til kræftpatienter generelt.

## 9. Konklusion

Projekt "Gode hænder" blev oprettet under Kræftens Bekæmpelse i foråret 2005 under ledelse af tidligere regionsleder Tove Winther Kvist. Projektet tilbød kræftpatienter og pårørende til kræftpatienter i kræftrådgivningerne i Lyngby og Roskilde gratis behandling med terapeutisk massage. Fra 1. april 2007 – 31. januar 2008 er projektet sponsoreret af "Roskilde Alle Tiders Bilby". I den periode er tilbuddet udelukkende blevet udbudt i kræftrådgivningen i Roskilde og udelukkende til kræftpatienter.

Formålet med projektet har været at give et tilbud i Kræftens Bekæmpelse som supplement til samtaler, hvor fokus er på kroppen og på at øge det psykiske såvel som det fysiske velbefindende.

I forbindelse med behandlingerne er deltagerne dels blevet bedt om at udfylde et standardtaskema med oplysning om køn, alder, diagnose, forventninger til behandlingen m.v. (se bilag 1), dels et evalueringsskema med spørgsmål til oplevelsen af effekt af behandlingen (se bilag 2). Formålet med spørgeskemaundersøgelsen var at vurdere den samlede tilfredshed med behandlingen hos deltagerne.

I alt 79 kræftpatienter og pårørende, der i perioden 2005-2006 modtog behandling, deltog i evalueringen. Heraf var størstedelen kvinder (81%), og størstedelen i aldersgruppen 50-69 år (53,2%). Størstedelen af deltagerne var kræftpatienter (79,7%), mens resten enten var pårørende (16,5%) eller ikke havde oplyst status (3,8%).

Den største andel af de deltagere, der oplyste at være kræftpatient, angav at være diagnosticeret med brystkræft (33,3%). 30,4% af deltagerne oplyste at bruge alternativ behandling. Heraf var akupunktur den mest benyttede alternative behandlingsform (58,3%).

De typiske symptomer, som deltagerne oplyste, er træthed (79,7%) og uro/anspændthed (73,4%). Færrest rapporterede om spændingshovedpine (21,5%) og hudproblemer (20,3%). I forhold til psykisk tilstand oplyste 43% at de følte sig uligevægtige, 39,2% at de følte sig deprimerede, 13,9% svarede, at de ikke følte nogen påfaldende ændring, 26,6% har angivet andre psykiske forhold, herunder angst, tristhed og søvnproblemer.

Størstedelen af deltagerne forventede at få et forbedret psykisk såvel som fysisk velbefindende. 73,4% forventede et bedre psykisk velbefindende, 69,6% et bedre fysisk velbefindende, 39,2% forventede færre muskelspændinger, 10,1% har svaret, at de ikke havde specifikke forventninger, 10,1% har oplyst andre forventninger, herunder afhjælpning af inkontinens, bedre søvn, formindskelse af stress m.m. 7,6% har ikke oplyst forventninger til behandlingen.

I forhold til deltagernes forventning om at opnå forbedret psykisk og fysisk velbefindende synes forventningerne at modsvares af deltagernes oplevede effekt af behandlingen. Den oftest angivne effekt af behandlingen er oplevelsen af 'bedre psykisk velbefindende' (77,4%), tæt efterfulgt af oplevelsen af 'bedre fysisk velbefindende' (73,9%). Ved lidt under halvdelen af behandlingerne har deltagerne oplyst at opleve 'mindre uro og anspændthed' (46,2%). Dernæst følger oplevelsen af 'bedre humør' (42,7%), 'mere energi' (36,7%), og



'det var bare rart' (33,7%). Ved et færre antal behandlinger har deltagerne svaret, at de oplevede effekt i forhold til mere konkrete symptomer. Heraf er der ved flest behandlinger rapporteret om 'mindre muskelsmerter' (35,2%), dernæst 'bedre fordøjelse' (13,6%). Som den mindst rapporterede effekt af behandlingen følger 'lindring af spændingshovedpine' (12,1%). Ved 1 behandling har deltageren rapporteret om 'ingen effekt' af behandlingen (0,5%). Ingen har svaret 'jeg brød mig ikke om behandlingen'.

Ved langt størstedelen af behandlingerne har deltagerne oplyst, at de fandt den tid, der var afsat til behandlingen, tilpas (86,9%). Ved lidt mere end hver 10. behandling har deltageren svaret, at der var afsat for lidt tid til behandlingen (11,6%). Ved 1 behandling er der svaret, at der var afsat for meget tid (0,5%).

I oplevelsen af behandlingen svares der ved langt størstedelen af behandlingerne, at behandlingen oplevedes rart (93%), og at behandlingen oplevedes afslappende (82,9%). Ingen har oplyst, at behandlingen oplevedes ubehageligt.

På baggrund af en gennemgang af tre behandlingsforløb, hvor deltageren har rapporteret om negative reaktioner på behandlingen, konkluderes det, at deltagere, der har indrapporteret negative reaktioner på behandlingen generelt har været tilfredse med behandlingen, ligesom det er usikkert, om de negative reaktioner har været direkte fremprovokeret af behandlingen. Sammenholdt med, at ingen deltagere har afkrydset, at de ikke brød sig om behandlingen, og at kommentarerne til behandlingen overvejende er positive, konkluderes det, at deltagerne generelt er tilfredse med behandlingen og kun i meget begrænset omfang har oplevet negative reaktioner på behandlingen.

I forhold til projektets formål om at give et tilbud, der dels skulle fungere som supplement til samtaler, dels skulle være med til at øge det psykiske såvel som det fysiske velbefindende hos deltagerne, tyder deltagernes svar og egne kommentarer i spørgeskemaerne på, at projektet til fulde har indfriet formålet. Ingen har svaret, at de ikke brød sig om behandlingerne, og ved langt størstedelen af behandlingerne har deltagerne svaret, at behandlingerne oplevedes rart (93%) og afslappende (82,9%). Ingen har oplyst, at behandlingerne oplevedes ubehageligt. Ved en stor procentdel af behandlingerne har deltagerne svaret, at de har oplevet et forøget psykisk (77,4%) og fysisk (73,9%) velbefindende.

I deltagernes egne kommentarer ses gennemgående beskrivelser af, at behandlingerne har følt behagelige og afslappende og har givet et velvære i kroppen. Flere beskriver at have fået mere energi af behandlingerne og hjælp til håndtere sygdomsforløbet. Flere beskriver lindring af konkrete symptomer som spændinger og myoser, kvalme og diarré. Den ene af de tre deltagere, der har modtaget et længerevarende behandlingsforløb beskriver en oplevelse af at være blevet bedre gående. Den anden deltager beskriver massagen som et frium i modsætning til samtalegrupperne, som deltageren oplever som psykisk hårdt. Den tredje deltager beskriver dels en oplevelse af, at behandlingen giver en nedgang i epileptiske anfald, dels at behandlingerne er en hjælp til at håndtere sygdomsforløbet. Mange skriver, at de godt kunne tænke sig flere behandlinger, og at de ville ønske, at tilbuddet var åbent for alle kræftpatienter. Som en af deltagerne skriver: "Dette burde være et gratis tilbud til alle kræftpatienter".

## Refereret litteratur

Anker, N. (2006) *Kræftpatienters brug af alternativ behandling. En undersøgelse blandt brugerne af Kræftens Bekæmpelses telefonrådgivning: Kræftlinien, Kræftens Bekæmpelse.*

Ekholm O. *et al.* (2006) *Sundhed og sygelighed i Danmark 2005 & udviklingen siden 1987 (SUSY 2005).* Statens Institut for Folkesundhed.

Grønvold, M., Pedersen, C., Jensen, C. R., Faber, M. T., & Johnsen, A. T. (2006) *Kræftpatientens verden. En undersøgelse af hvad danske kræftpatienter har brug for, Kræftens Bekæmpelse.*

Roskilde Dagblad (2007), 'Bilby-donation skal hjælpe kræftpatienter', *Roskilde Dagblad*, 9. juni 2007.

## Bilag 1: Stamdataskema

### Spørgeskema

Skemanummer \_\_\_\_\_

#### 1. Din baggrund

\_\_\_\_\_ Mand

\_\_\_\_\_ Kræftpatient

\_\_\_\_\_ Kvinde

\_\_\_\_\_ Pårørende

Din alder? \_\_\_\_\_

Gik du i et rådgivningsforløb her i Kræftens Bekæmpelse, inden kontakten med Gitte Christensen?

\_\_\_\_\_ Ja

\_\_\_\_\_ Nej

**Pårørende; gå til spørgsmål 3.b.**

#### 2. Diagnose

Hvis du er kræftpatient, hvilken kræfttype har du? \_\_\_\_\_

Hvornår blev din sygdom konstateret? \_\_\_\_\_

#### 3. Behandling

3.a. Hvilken type behandling har du fået? (sæt evt. flere x)

\_\_\_\_\_ Operation

\_\_\_\_\_ Kemoterapi

\_\_\_\_\_ Strålebehandling

\_\_\_\_\_ Anden behandling, hvilken? \_\_\_\_\_

3.b. Benytter du dig af alternativ behandling under nogen form?

\_\_\_\_\_ Ja

\_\_\_\_\_ Nej

Hvis ja, hvilken? \_\_\_\_\_

#### 4. Symptomer

4.a. Hvilke fysiske symptomer har du? (sæt evt. flere x)

Smerter direkte forårsaget af sygdom eller behandling

Uro/anspændthed

Problemer med fordøjelsen

Spændingshovedpine

Muskel- og ledsmerter

Træthed

Angst

Hudproblemer

Prikkende/sovende fornemmelser i fingre/tæer

Andet \_\_\_\_\_

4.b. Føler du dig?

Uligevægtig

Deprimeret

Ingen påfaldende ændring

Andet \_\_\_\_\_

#### 5. Forventninger

Hvilke forventninger har du til behandlingen? (evt. flere x)

Ingen specifikke

Bedre psykisk velbefindende

Bedre fysisk velbefindende

Færre muskelspændinger

Andet \_\_\_\_\_

## 6. Kontakten med Marianne Garst

Har du noget som behandleren bør tage særligt hensyn til – eller noget du gerne vil have hun skal vide \_\_\_\_\_

---

## 7. Det alternative i Kræftens Bekæmpelse

7.a. Hvad mener du om at Kræftens Bekæmpelse giver et tilbud som dette på forsøgsbasis?

---

---

---

Husk venligst ved behandling at medbringe lagen og håndklæde.

## Bilag 2: Evalueringsskema

### Opfølgende spørgeskema

Skemanummer \_\_\_\_\_

Hvor mange gange har du været hos Marianne Garst? \_\_\_\_\_

#### 8. Oplevelse af behandlingen?

8.a. Hvordan passede den tid der var afsat til behandlingen?

\_\_\_\_\_ For meget tid

\_\_\_\_\_ Tilpas

\_\_\_\_\_ For lidt tid

8.b. Hvordan oplevede du behandlingen?

\_\_\_\_\_ Rart

\_\_\_\_\_ Neutralt

\_\_\_\_\_ Ubehageligt

\_\_\_\_\_ Afslappende

\_\_\_\_\_ Anspændt

#### 9. Oplevelse af effekten

9.a. På hvilke af følgende områder havde behandlingen lindrende effekt?

\_\_\_\_\_ Bedre psykisk velbefindende

\_\_\_\_\_ Bedre fysisk velbefindende

\_\_\_\_\_ Mindre muskelsmerter

\_\_\_\_\_ Bedre fordøjelse

\_\_\_\_\_ Mindre uro/anspændthed

\_\_\_\_\_ Lindring af spændingshovedpine

\_\_\_\_\_ Bedre humør

\_\_\_\_\_ Mere energi

\_\_\_\_\_ Det var bare rart

\_\_\_\_\_ Jeg brød mig ikke om behandlingen

\_\_\_\_\_ Ingen effekt

\_\_\_\_\_ Andet \_\_\_\_\_

9.b. Hvornår kunne du mærke effekten?

\_\_\_\_ Med det samme

\_\_\_\_ Senere samme dag

\_\_\_\_ Over de næste dage

\_\_\_\_ Jeg mærkede ikke synderlig ændring

9.c. Var effekten af behandlingen som forventet?

\_\_\_\_ Ingen effekt

\_\_\_\_ Mindre

\_\_\_\_ Samme

\_\_\_\_ Bedre

Har du flere kommentarer så skriv venligst her:

---

---

---

---

---

---

---

### **Bilag 3: Deltagernes kommentarer til projekt "Gode hænder"**

I det følgende er en oversigt over deltagernes kommentarer til spørgsmålet: "Hvad mener du om at Kræftens Bekæmpelse givet er tilbud som dette på forsøgsbasis?" (se bilag 1).

Al den hjælp man kan få skal man modtage og få gavn af den, hvis muligt. Desværre er det ikke alle, der har lige mange muligheder.

Alle tiders/taknemmelig, godt at tilbuddet er der.

At det er rigtig godt.

Dejligt.

Dejligt, at der er et alternativ til samtale. Rart, at de er åbne over for andet end den lægelige side.

Dejligt - lige hvad jeg kunne have brug for.

Det er alle tiders gode initiativ.

Det er dejligt at få sådan et tilbud. Det kan kun gøre mig godt..

Det er dejligt, at nogen "tager hånd" om min sjæl - hvis det bare hjælper lidt.

Det er en rigtig god idé.

Det er en rigtig god idé, og jeg glæder mig meget. Jeg forespurgte selv, om der var en sådan behandling.

Det er et fint tilbud og bør gøres permanent og i alle dele af landet.

Det er et godt tiltag. Det er svært som kræftpatient at finde ud af, hvad man kan bruge af alternativ behandling.

Det er et meget fint tilbud. Et "lyspunkt" når man som jeg føler sig svigtet og magtesløs.

Det er et meget godt tilbud..

Det er fantastisk godt, at man kan [ulæseligt] her i hænder, der kender til problemerne, der følger med sygdom. En stor hjælp i en svær tid.

Det er godt.

Det er godt!

Det er godt. Jeg tror det kan give mig og andre et bedre velbefindende..

Det er jeg meget glad for, fordi jeg har en krop, der ikke fungerer, og som jeg ikke har kunnet frigøre.

Det er jeg superglad for, da det lige er, hvad jeg har brug for. Jeg håber meget at kunne få mange behandlinger. Det er helt fantastisk, og jeg er meget glad for det.

Det er rigtig godt.

Det er rigtig godt.



Det er rigtig vigtigt, fordi det kan være svært selv at vælge blandt de mange alternative tilbud. Og det etablerede sundhedsvæsen slår ikke til.

Det er virkeligt godt, at der prøves nye ting.

Det synes jeg er en god idé, især hvis det kan hjælpe en til at få et bedre velbefindende og komme af med sin depression.

En rigtig god idé.

En rigtig god idé.

Et helt fantastisk godt tilbud, som jeg sætter stor pris på.

Et kanon flot tilbud.

Et meget godt tilbud.

Fantastisk.

Fantastisk relevant.

Fint.

Fremragende initiativ, som jeg venter mig meget af.

Glimrende!

God idé.

God idé.

God idé at give mulighed for.

Godt.

Godt.

Godt, havde nok ikke selv tænkt på det.

Helt fantastisk! Huset i det hele taget er et fantastisk sted at komme i.

Jeg er meget glad for det.

Jeg mener at det er et utrolig godt initiativ og jeg tror at Kræftens Bekæmpelse eller det etablerede sundhedssystem kunne få glæde af at bygge bro til den mere holistiske verden - både i forskning/behandling og forebyggelse.

Jeg synes det er en god idé, at man kan prøve uden at binde sig fast til flere aftaler.

Jeg synes det er en god idé, for der er mange alternative evner og behandlinger, men det er uoverskueligt at finde en, som er seriøs.

Jeg synes det er en super god idé at lave samarbejde mellem det alternative system og hospitalsvæsenet. KB synes for mig at være et godt sted at lade dette samarbejde udvikle sig. KB kan være en slags "rugekasse". De fleste patienter har på et tidspunkt kontakt med alternative behandlere. Vigtigt at KB har en viden herom. Kan vejlede/ved hvad de taler om.

Jeg synes det er et godt tilbud.

Jeg synes det er fint at Kræftens Bekæmpelse også forsøger alternative veje i forhold til et større velbefindende både fysisk og psykisk.

Jeg synes det er godt.

Jeg synes det er godt, hvis det kan bane vejen for at de to "verdner" kan arbejde bedre sammen, se mennesket holistisk og ikke symptombehandle.

Kanont tilbud! Meget mere af det ... Hvilket jeg har manglet de sidste år 5 år.

Meget fint.

Meget fint.

Meget positiv.

Meget, meget dejligt!

Meget, meget fint.

Meget spændende tilbud, som jeg er rigtig glad for at være med i.

OK.

OK. Jeg håber det kan give mig en bedre dagligdag fremover!?

Perfekt, sind og legeme hænger sammen.

Rigtig god idé.

Rigtig godt. I sådanne situationer har man meget gavn af påvirkninger udefra til at gøre "positive" ting for at komme videre!

Strålende, at det ikke kun er samtaler, selvcentreret bliver man let.

Super god idé!

Synes det er alle tiders.

Særdeles godt initiativ.

## Bilag 4: Deltagernes kommentarer til effekt af behandling

### 1. behandling

Afslappet.

Alt var godt!

Bedre søvn, er blevet mere rasende end nogensinde.

Det var dejligt at tale med en der havde tid til og viden om hvad kræften og kemo gør ved ens krop og kunne give konkrete råd.

Det virkede alment bedrende på mange småskavanker.

Fik mere ondt i maveregionerne.

Hosten reduceret. Sovetabletter overflødiggjorte.

Inspirerende, giver nyt mod og tro.

Jeg følte jeg svævede efter behandlingen og samtalen med Gitte.

Lidt svimmelhed – varme.

Men humøret/psyken dykkede senere samme dag.

Noget indeni gav slip og blev fyldt med glæde!

Satte gang i maven og noget skete også med øjet.

Smerter ved helvedesild betydeligt formindsket.

Sover bedre.

Spytsekretion venstre side igangsat, meget positivt.

Var godt øm i flere dage.

Ærgrede mig ikke som sædvanlig ved konflikter (senere) resten af dagen.

### 2. behandling

Blev meget træt bagefter.

Både fordøjelse samt i forhold til mine blodårer.

Efterfølgende 3 vandladninger var meget medicinsk lugtende (havde ikke spist eller taget nyt medicin forinden).

Følelsen af, at der bliver løst op på den uro og anspændthed, jeg har i hele kroppen.

God snak.

Har taget smerten i min mave.

Kontakt med hele min krop.

Varme i mine ar.

Var på toilettet 4 gange på to dage samt min nerve i ansigtet reagerede i form af kløe og irriteret - aktivitet.

### 3. behandling

Efterfølgende mere energi.

God, dyb nattesøvn.

Haft mange smerter lig kemo-smerter.

Mindre effekt denne gang på grund af min psykiske/depressive tilstand.

Mine angstspændinger over maven slap mig betydeligt.

Spytsekretionen.

### 4. behandling

Jeg følte virkelig et løft efter behandlingen.

### 5. behandling

Rigtig godt for min psyke.

Tydelig nedgang i antallet af epileptiske anfald (se vedlagte brev).

### 6. behandling

Jeg går bedre.

## Bilag 5: Deltagernes kommentarer til behandlingen generelt

I evalueringsskemaet, hvor deltagerne blev bedt om at afkrydse spørgsmål til oplevelsen af effekt af behandlingen, fik deltagerne mulighed for at kommentere deres generelle oplevelse af tilbuddet. Deltagerne er blevet spurgt: "Har du flere kommentarer så skriv venligst her" (se bilag 2).

### 1. behandling

Da jeg kun har fået én behandling er det svært at udtale sig om effekten. Jeg håber at være så heldig at få lov til flere behandlinger da jeg tror det vil hjælpe mig.

Dejligt med en behandling, hvor jeg rigtigt kunne slappe af. Føler mig "forkælet".

Der var et par damer, der lukkede dørene op til rummet. Det er vigtigt at respektere den behandling, der er i gang - d.v.s. ikke forstyrre.

Desværre varede den gode psykiske effekt kun et døgn - så reagerede jeg som ellers på dårlige koordinationer (aftaler, som ikke klappede).

Det eneste jeg umiddelbart ærgrer mig over, er, at jeg ikke kan få behandlingen hver uge eller hver 14. dag - der er meget lang tid til næste gang. Jeg glæder mig til det.

Det er godt at komme hos en der i sin behandling kigger på hele mennesket, både det fysiske og det psykiske.

Det er simpelthen det bedste, jeg har oplevet meget længe. Også godt for min lymfødemarm, kan jeg mærke. Samt for alle myoserne i nakke-/skulder-området.

Det er svært at afgøre om behandlingen har haft fysisk effekt på f.eks. fordøjelsen, når jeg samtidig bruger andet medikament herfor. Men jeg fortsætter gerne hos Gitte Christensen.

Det var bare dejligt. Meget godt initiativ.

Det var en dejlig og afslappende atmosfære, det var dejligt.

Det var en meget behagelig behandling. Et par dage efter behandlingen fik jeg en dejlig ro i hele kroppen, og ny energi til at gøre forskellige ting.

Det var meget positivt og jeg glæder mig til de næste gange, hvor jeg også skal have massage. Jeg tror også at virkningen af healingen vil øges efterhånden.

Det var meget rart på alle måder at komme hos Gitte. Jeg glæder mig meget til næste gang. Jeg har skrevet (x) om for lidt tid, fordi jeg gerne ville have mere massage (over resten af kroppen), men jeg synes også det var vigtigt at tale en del sammen første gang!

Det var rart at møde endnu et medmenneske, som integrerer krop og sind som en helhed! Jeg vil meget gerne have en ny tid, hvis det er muligt.

Efter behandlingen fik jeg kvalme - (hvad jeg ellers ALDRIG har). Det fortog sig efter en times tid. Jeg havde hjertebanken og følte mig meget varm.

Efter behandlingen svævede jeg ned gennem Roskilde. Tusind, tusind tak.

Efter et meget belastende syge- og behandlingsforløb er massage en virkelig god måde at bryde uheldige cirkler på. Psykiske spændinger, som blandes med fysiske fornemmelser og angst, kan virkelig sætte sig. Jeg kunne gerne have ønsket, at jeg gennem hele mit kemoforløb havde fået massage. Jeg er sikker på, at jeg ville have været bedre til at håndtere alle de nye følelser og fornemmelser. Jeg har aldrig lidt af angst før. Det i sig selv var en ny og ukendt oplevelse, som gav fysiske reaktioner, som jeg kom til at blande med min sygdom og behandling. Det var en ond cirkel, som ord ikke kunne dulme. Jeg tror, at i sådanne situationer regredierer vi voksne helt tilbage til spædbarnsstadiet, hvor det kun er kærlige hænder, der kan berolige os. Få de gode energier til at arbejde for os igen.

Et rigtig godt tilbud! For at opnå større effekt mener jeg, at der kræves flere behandlinger pr. patient/pårørende. En behandling giver den enkelte en god fornemmelse af, om massage kan være den rette hjælp/behandling.

Fordi der bliver arbejdet med hele kroppen, fik jeg en fuldstændig fornemmelse af lethed både fysisk og psykisk, derved et totalt velvære.

Gitte er et dejligt menneske med en stor indlevelsessevne og forståelse af min situation. Massagen og "gode hænder" gav mig følelsen af at alt ubehag forsvandt fra hele min krop og sjæl. Angst og uro forsvandt. Jeg har ikke brugt sovetabletter siden. Min hoste blev meget reduceret i de følgende dage og er først vendt tilbage nu en uge senere.

Gitte formår ved såvel sin fysiske som psykiske indsats at stimulere og hjælpe mig til at få samling på mig selv og give mig opmærksomheden tilbage på, at jeg kan hjælpe mig selv og har kræfterne til det.

God oplevelse, men dykket samme dag - og de næste dage - var stort.

Hej Gitte, det var en meget behagelig behandling. Min mave havde det MEGET bedre i flere dage efter jeg havde været hos dig. Min hovedpine blev værre, men det er jo nok fordi der er blevet frigivet nogle affaldsstoffer. Jeg glæder mig meget til næste behandling.

Håber at jeg kan få flere behandlinger! Jeg føler at have noget effekt af behandlingerne, da min afføring er blevet mere fast, om det er derefter eller hvad, ved jeg jo ikke?

Jeg har ikke svaret på 9.c., da min effekt var, at jeg fik mere ondt i maveregionerne.

Jeg havde meget kraftig reaktion i mave/tarmregionen i form af megen afføring/diarré på tredjedagen.

Jeg kunne godt tænke mig lidt nakke, hoved, skulder-massage, og måske lidt ansigts. Det var meget rart og givende.

Jeg kunne ønske mig flere behandlinger hos Gitte. Gitte anbefalede mig at afse en gang kropsmassage af og til, men hvor finder man en som Gitte.

Jeg opfatter det som en god alternativ behandling, og det har været en stor støtte til mig den måde, som Marianne har behandlet mig på.

Jeg ser frem til at opfølgende behandlinger får en evt. yderligere effekt af mit fysiske velbefindende.

Jeg ser frem til næste gang. Det har 1. gang været forløsende på de byrder, jeg bærer rundt med. Jeg ser lidt mere positivt på mine fysiske gener. Kunne ca. 1 time efter behandlingen bedre dreje hovedet. Men spændingerne, smerterne er stadig de samme.

Jeg siger mange tak for behandlingen, for omsorgen og for initiativet.

Jeg var/er meget positivt overrasket over hvor stor effekt behandlingen havde! - Specielt på mine muskelsmerter i armen, som jeg har døjet med i næsten et halvt år! Jeg håber at der vil være mulighed for flere behandlinger!!

Kombinationen af samtale og kropslig behandling var meget givtig. Massagen har været virksom i flere dage. Også godt med healing - og fantastisk at spytkretionen kan komme i gang igen. Et forløb med flere behandlinger ville være absolut ønskelig - meget positiv oplevelse. Tak!

Krop/psyke-sjæl er for mig fuldstændigt uadskillelige, så jeg blev mest af alt endnu engang bekræftet i disse sammenhænge, hvor vigtigt et sprog kroppen har! Så jeg var meget glad for Gittes behandling.

M.h.t. punkt 9.a. oplever min kone klart mit humør som bedre, mere afslappet/mindre anspændt og mere energisk. Jeg oplevede selv en meget voldsom træthed umiddelbart efter og de næste par dage.

Mine ben var måske en anelse lettere efter et par dage, men det var kun en kort overgang. Jeg går stadig lige usikkert.

Min vrede er kommet ud for fulde udblæsning. Vreden var der i forvejen. Jeg troede nok, jeg var blevet bedre til at rumme den.

Rart med god tid, jeg følte mig i sikre hænder, jeg følte virkelig at blive forstået.

Samme dag og dagene efter er mine hedeture blevet voldsommere og flere. Til gengæld er de blevet færre om natten, hvilket har betydet en bedre søvn i indtil videre et par nætter.

Selv om jeg kun har fået én behandling, må jeg stærkt anbefale behandlingen for kræftpatienter. Måden at blive behandlet på var en kærlig og fantastisk oplevelse.

Vores samtale var en meget god oplevelse for mig. Dine forslag om nærvær giver gode tanker som jeg tror vil give resultater i tiden som kommer. Desuden var det at snakke om liv og død med dig befriende, for jeg mærkede du helt vidste og forstod mine synspunkter, som jeg føler mig meget alene med.

## 2. behandling

Behandlingen virker udmærket. Jeg er meget veltilpas og glad. Tak!

Behandlingsformen er meget effektiv ved glioblastoma.

Blev opmærksom på, at jeg hele tiden sidder med benene over kors, nu tager jeg mig i det og jeg tror det hjælper på min uro i højre ben.

Det er et flot tilbud, som I har givet her!!!!

Det er jo helt fantastisk flot, så meget tid der er sat af til hver behandling. Jeg har dog brug for at få snakket min psykiske "tilstand" igennem, som Marianne jo bagefter er inde at røre ved.

Det går bedre med min svoger Lasse [opdigtet navn]. Han kan tale igen, og også gå, dog langsomt. Line [opdigtet navn] bad mig tage med min mand til London, og det gør jeg. Tak for samtalen, den hjalp. Jeg ved godt det er lånt tid, som du sagde. Dog er det dejligt vi igen har kontakt med Lasse. Der var desværre lidt vækst på skanningen af min mand, men han har det godt. Vi håber videre på Dendritcelle-vaccinen.

Det ville være rart at få mulighed for at få behandling i januar og februar næste år.

Effekten af behandlingerne er svær at definere - det er jo vanskeligt at måle og mærke om arvævet er blevet mindre. Men jeg har en følelse af at det bliver en smule bedre for hver gang.

En virkelig god oplevelse, der giver velvære og livskvalitet.

Et fantastisk godt tilbud, som bør gøres permanent.

Gitte har behandlet mig i april, maj og juni, en meget turbulent periode i mit sygdomsforløb. I forbindelse med min indlæggelse, hvor jeg fik foretaget en biopsi, hjalp Gitte mig dagen inden til at fokusere mine fysiske og psykiske kræfter. Det var en fantastisk stor hjælp både før, undervejs og efter forløbet. Gittes massage og samtale har hver gang bragt mig stor ro og velbefindende - og dermed ny optimisme. Jeg er også blevet hjulpet med meget dybe muskelspændinger, som har forstyrret min søvn. Gittes behandlinger giver mig en god nattesøvn. Kontakten mellem Gitte og mig er altid god, fordi hun møder mig, der hvor jeg er - og så starter hun der. Det betyder meget for mig, fordi jeg ikke har så meget overskud til at forklare de op- og nedture, jeg har - eller undskyldte at jeg ikke er så sej som sidst.

Gittes hænder gør "noget". Det var som en varme der bredte sig i begge mine ben. Det var meget behageligt.

Har utroligt mange spændinger og myoser, som denne behandling hjælper med.

I er dejligt imødekommende og venlige. Tusind tak.

Ingen tvivl om at du får gang i tarmsystemet, og jeg håber også, at du kan hjælpe mig med øjet/nerven, som er beskadiget. Håber meget på, at du kan hjælpe mig på samme måde med potensen, som er hæret af de mange behandlinger.

Jeg glæder mig til hver behandling. Den ro, jeg får i krop og sjæl, trænger jeg så utrolig meget til. For tiden går jeg i 3 uger og venter på en biopsi af hævede lymfekirtler. Det er meget psykisk hårdt, og min krop er så anspændt, at det gør ondt alle vegne. Mariannes behandling er en rigtig stor hjælp for mig – til at få lidt ro på de onde cirkler.

Jeg har været meget glad for de 2 behandlinger, jeg har fået, blot synes jeg, det er meget svært at bedømme effekten blot efter 2 behandlinger. Jeg synes der burde gives minimum 5 behandlinger.

Jeg havde det psykisk dårligt, da jeg skulle have svar på scanning dagen efter. Behandlingen hos Gitte gav mig mere ro. Jeg håber meget projektet fortsætter. P.S. Scanningen gik godt.

Jeg oplevede en fin åbenhed over for betænkelighed og kritik i forbindelse med effekten af 1. behandling. Den nervereaktion, jeg omtalte, er nu diagnosticeret som en stråleskade, kaldet Ihermittes syndrom (aftager oftest (- og for mig?) efter ca. 3 mdr.) Jeg erfarer, at dette tilbud måske ophører og beklager det dybt, da en integration af hele kroppen i bearbejdelsen af en kræftsygdom medvirker til en mere effektiv, dybere og grundigere bearbejdelse. Med ønsket om forlængelse.

Jeg synes det er et rigtigt godt tiltag fra Kræftens Bekæmpelse. Gitte ved utroligt mange ting om bl.a. kost, senfølger, vitaminer og mineraler. Alle burde have mulighed for at prøve og i givet fald vælge til eller fra. Jeg vælger helt klart TIL. Tak for dejlig behandling.

Jeg tror, at behandlingerne vil være meget lindrende ved indsats kort efter, at sorgen indtræder, måske allerede før man mister, efter et langt og svært forløb.

Jeg var glad for måden, især Marianne masserede, da det var blidt og afstressende. Dette har jeg meget brug for. Under behandlingen mærkede jeg på et tidspunkt, som "et bælte" af uforløste traumer, der sad dybt forankret i ryggen. Jeg håber flere behandlinger til at løse op.

Jeg var overrasket over effekten i forhold til fordøjelsen, samt hvor hurtigt efter behandlingen jeg havde brug for at sove.

Jeg ville ønske, jeg kunne fortsætte med behandlingen. Det er dejligt at blive taget seriøst.

Jeg vil meget gerne komme igen, hvis det overhovedet er muligt!

Kunne godt bruge lidt mere tid!



Min oplevelse af dette besøg var det samme som af det første og jeg er meget glad for at jeg også får et 3. den 9. maj. Behandlingen jager - for nogle dage - angsten og magtesløsheden ud af mine tanker.

På baggrund af den (uventede for mig) virkning disse to behandlinger har haft på mit liv, hvor jeg har fået en fantastisk hjælp til at give slip på gamle ting i kroppen, og derved nye handlemuligheder, vil jeg varmt anbefale dette.

Tak fordi jeg har måttet være med i projektet. Det har hjulpet - både samtalen inden og selve behandlingerne - under min kemokur.

### 3. behandling

Da det er begrænset, hvor mange gange man kan få gratis konsultationer hos Gitte, vil jeg håbe, det bliver muligt for Gitte og Kræftens Bekæmpelse, at hun også kan give behandlinger mod betaling i Roskilde-området. Jeg vil nemlig meget gerne fortsætte hos Gitte som fast klient, men der er for langt til hendes klinik i Nordsjælland.

Denne behandlingsform giver mig ud over kryds af felterne primært bedre fokus på livet i nuet og også [ulæseligt] til koncentration og korttidshukommelsen.

Der sker noget, men jeg kan ikke præcisere det.

Dette burde være et gratis tilbud til alle kræftpatienter.

De øvelser, jeg fik af massøren, har også haft stor effekt. Vældig positivt :)

Et godt initiativ, som meget gerne må gentages.

Flot tilbud - jeg går også til akupunktur, og min vurdering er, at healingen har virket bedst på mine "nervesmerter" i fødderne.

Jeg føler, jeg får mere energi efter behandlingen. Den giver virkelig et løft og forbedrer mit humør.

Jeg har savnet Marianne meget, efter at hun brækkede sin arm. Jeg har i mellemtiden fået tilbagefald af min sygdom og har i den forbindelse lidt frygteligt af angst. Det har været en stor befrielse at få hjælp til at slippe de spændinger i maven. Jeg har fået et meget mere optimistisk syn på fremtiden.

Jeg havde ondt i maven - nederst - da jeg kom til Gitte sidste gang. Det hjælper meget på min fordøjelse med Gittes forunderlige hænder. Men mit underliv gør stadig meget ondt. Jeg tror selv det er hormonbehandling. Jeg kontakter selv sygehus og evt. gynækolog. Tak for behagelig behandling. Det skulle der været meget mere af.

Jeg mærker en masse "kriblen" i benene, også i det ben, jeg ikke har lymfødeme i, og der sker noget. Jeg håber på længere sigt at kunne få støttestrømperne af noget længere, måske den halve dag. De er meget varme at ha' på.

Jeg vil meget gerne fortsætte hver 14. dag, da min krop og psyke er belastet af følgerne fra sygdom. Det er i min hverdag, som enlig mor, svært at håndtere alt den modstand fra ryglægerne, som jeg har mødt. Marianne giver nogle gode øvelser, som både virker terapeutiske, og kan give mig kontakt med kroppen, og finde centreringsspunktet med ro.

Meget dejlig behandling; glæder mig til næste gang.

"Timerne" hos Gitte har både fysisk og psykisk været uvurderlige for mig. Chokket - da jeg den 7. februar fik "det røde kort" på Herlev Sygehus af en meget ung og uerfaren læge - ville have været svært for mig at håndtere uden Gittes hjælp. Så - mange, mange tak.

Ud over det fysiske og psykiske velvære var det godt med "et kærligt spark". Jeg håber så meget at få lov til at fortsætte fra efteråret.

#### 4. behandling

Da jeg er voldsomt traumatiseret, og anspændt, har jeg et stort behov for denne tilførte energi, samt afspænding. Da jeg lige har modtaget en undskyldning fra [navn på læge udeladt], er det først nu, der kommer skub i sagerne, og jeg skal mandag ind til den længe ventede samtale om lovet genoptræning. Jeg døjer med svære smerter dagligt.

Den første serie af kemo, jeg fik her i efteråret, blev jeg meget dårlig – med kvalme og diarré, men efter besøg hos Marianne har jeg oplevet, at 2. serie i kemo var helt uden bivirkninger. Jeg er overbevist om, at behandlingen hos Marianne har en medvirkende årsag. Jeg kunne godt ønske oftere behandlinger, men jeg ved jo godt, at vi er mange, der har behovet. Ens livskvalitet i kemobehandling er meget vigtig. I min 2. behandlingsserie har jeg været glad og optimistisk. Jeg nyder hvert minut. Livsenergi gi's ikke i pilleform. (Jeg tror på, at det er den man overlever på). Og vi skal ikke kun overleve, vi skal leve, også mens vi er i kemobehandling.

Et virkelig godt alternativ til den hårde behandling, man får som kræftpatient. Jeg er hver gang gået fra behandlingen som et andet menneske, lettere og mere positiv og med mere energi.

Jeg er utrolig glad for Gittes samtale og massage. Især fordi hun kan mærke hvor i kroppen der er spændinger og gør noget ved dem. 1000 tak for dejlig behandling. Jeg glæder mig til 5. behandling, og hvis der er yderligere mulighed for flere behandlinger er jeg meget interesseret.

Min mand og jeg var samtidig til behandling, hvilket var rigtig godt, dog havde vi for lidt tid til samtaledelen.

Smerterne i højre ben er aftaget væsentligt. Tidligere var der en sviende, brændende fornemmelse i underbenet. Det føltes samtidigt koldt at røre ved. Nu føles det næsten normalt.

Tiden for behandlingen er næsten lidt for kort, hvis der både skal nås behandling af problemområder (f.eks. infiltrationer) og gives egentlig healende massage, samtale m.v.

Urinen løber stærkt, maven meget aktiv.

#### 5. behandling

Allerede efter 2. behandling var nervesmerterne i højre underben mindsket meget, men kom formindsket tilbage efter et par dage. Efter 3. behandling er de næsten væk.

Det er meget trist, at Marianne Garst ikke fortsætter med dette tilbud, som har været så vigtigt for mig. Det har sparet meget lidelse for mig, og sygehuset har sparet dyre kvalmepiller og psykologtimer. Den ro og gennemstrømning, behandlingen har givet mig, har ganske enkelt været en væsentlig forbedring af min livskvalitet i den sværeste tid i mit liv. Jeg ved, at jeg taler for mange fra Kræftens Bekæmpelse, for vi har snakket meget sammen om det velvære, vi har følt efter og under behandlingerne.

Jeg kan kun endnu engang sige, at det burde være et fast tilbud til os patienter/klienter. Jeg ville meget gerne have flere behandlinger, hvis det var muligt. NU kender Gitte lidt til min krop og mit liv og det giver mere ro og bedre udnyttelse af tid og ressourcer. Det giver også tryghed at gå til behandling (specielt massage) hos den samme behandler. Man er jo trods alt næsten nøgen. 1000 tak for denne gang. Jeg håber vi ses igen.

Jeg kunne mærke en kraftig påvirkning i forbindelse med healing af benene (prikken og uro). Benene føles lettere, og jeg går bedre og længere.

Jeg oplever lille forbedring af evnen til at holde på afføringen, også mindre forbedring af urinen.

Jeg vil meget meget gerne fortsætte, da jeg er hårdt spændt for, med forstadier til kræft i livmoderen, som noget nyt tilkommet.

Kære Gitte

Jeg skriver til dig her, fordi jeg simpelthen må fortælle dig mere om det, der er sket, siden du healede mig sidst den 7. november. På selve dagen hjalp healingen mig gennem en forfærdelig dag, hvor jeg blev scannet på Riget og mødte min bror Rune på røntgengangen. Jeg følte mig samlet og rolig om end også meget træt, MEN jeg havde overhovedet inden anfald den dag. Samtidigt fik jeg jo endnu engang under healingen nogle meget klare billeder af healingens effekt på min hjerne og på svulsten. Dem har jeg brugt i min meditation og visualisering siden. Heller ingen anfald den næste dag (tirsdag) selvom det var en ond dag og svær at komme igennem, da vi fik et forfærdeligt svar på Runes scanning. Runes kræft er ikke bukket under for den tre-kombinationsbehandling han har modtaget. Både svulsten i pancreas og metastaserne i leveren er vokse (meget) og der er kommet nye metastaser til. I dagene herefter var det meget svært at holde humøret bare nogenlunde oppe, svært at finde ro. Jeg var og er fortvivlet over Runes situation og det var svært ikke at blive meget bange. Men det hjalp mig, at du havde sagt, at du mente det så godt ud for mig. Og som sagt brugte jeg billederne fra healingen i meditationen og visualiseringen. Jeg satte det op til minimum 40 min. dagligt. Jeg fik næsten ingen anfald højst 2 og flere dage ingen! Og det selvom jeg var helt vildt anspændt og havde flere raseri- og grådudbrud i de dage. Den 14. november var jeg så til samtale om min egen scanning. Overlæge [navn udeladt] fortalte os, at svulsten ikke var vokset, det ser endda ud til, at den er svundet en lille smule. De har ingen forklaringer på det, har aldrig før set det med en svulst af den størrelse og infiltration. Jeg fik svar på mine spørgsmål, som drejede sig meget om hvordan svulsten faktisk ser ud, hvordan dens masse er osv., fordi jeg følte jeg havde brug for den viden til min meditation og visualisering. Jeg fortalte ham så, at jeg får healing og mediterer/visualiserer og han opfordrede mig kraftigt til at fortsætte. Han vil ikke udelukke at det har effekt. Det er jeg helt sikker på at det har! Din healing har dels effekt i sig selv er jeg sikker på og dels har den hjulpet mig til at finde vejen. Jeg har en meget stærk oplevelse af, at det ikke er noget jeg selv gør. Jeg åbner mig for det, der kan hjælpe mig. Jeg er meget taknemmelig og takker Gud, for det er ham jeg tror på. Jeg er også meget taknemmelig for at have mødt dig. Siden den 14. november har jeg arbejdet meget med meditation og visualisering. Jeg har fundet et lille meditationsbegynderkursus her i byen. Jeg har meget glæde af det. Min epilepsi falder mere og mere til ro. Halvdelen af dagene har jeg haft 0 anfald, de andre dage et. Nu satser jeg på at lave en flot 0-serie (fx tre dage med 0 anfald). Jeg glæder mig meget til at vi ses den 5. december.

## 6. behandling

Behandlingen fjernede voldsom kvalme og trykken i hovedet. Behandlingen gav stor inspiration til mit arbejde med at meditere. Behandlingen betød at jeg ikke havde nogen epileptiske anfald på dagen, ej heller i to dage efter.

Det var så min sidste behandling i denne omgang. Jeg håber og tror, at Marianne Garst får lov til at komme tilbage. Det har betydet meget for mig for min familie. Min 15-årige søn giver udtryk for, at han er glad for, at der er nogen, der tager sig godt af hans mor. (Det aflaster hele familien). De får en gladere mor og kone hjem. Det er et af mine største ønsker, at onkologisk afd. og sygehuset ville erkende, at vi har brug for andre veje til at blive raske end medicin. Når vi så bliver "raske" – så er der senfølger og psykiske efterfølger, som også har stor glæde af behandlingen. Det er synd, at nogle få kvaksalvere skal sætte tvivl om virkningen.

Jeg har kunnet mærke, at jeg ikke har fået behandling, imens Marianne var syg.

Jeg har været meget glad for den behandling jeg har fået, og jeg tror og håber at arvævet er blevet mindre. Jeg kontakter dig når jeg har været på Riget. Hvis det har hjulpet vil jeg meget gerne fortsætte behandlingerne.

## Bilag 6: Alfabetisk ordliste med forklaring på alternative behandlingsformer<sup>14</sup>

### Afspænding

Afspænding sigter mod at øge bevidstheden om kroppen, at give mulighed for at opnå kropsligt velvære, og at forebygge kropslige gener og virkningerne af stress. I et behandlingsforløb indgår flere elementer bl.a. manuel påvirkning af muskulaturen og vejledning i hensigtsmæssig brug af kroppen i bevægelse og hvile (Anker 2006).

### Akupunktur

Akupunktur er en flere tusind år gammel behandlingsform, der har sin oprindelse i Kina og traditionel kinesisk medicin. Akupunktur bygger på den teori, at kroppen har en række energibaner, de såkaldte meridianer. På energibanerne er der 365 akupunkturpunkter, hvor energien kan reguleres. Derudover er der en lang række ekstra punkter. Ifølge teorien er der tale om i alt cirka 1000 akupunkturpunkter. Ved at stikke nåle i akupunkturpunkter kan akupunktøren ifølge teorien genoprette balancen i kroppen og derved forebygge og kurere sygdomme. Ordet 'akupunktur' er sammensat af de to latinske ord 'acus' og 'punctura', som betyder henholdsvis 'nål' og 'at stikke'. Der findes dog varianter af akupunktur, hvor nåle ikke indgår i behandlingen.

### Clairvoyance

Evnen til at se skjulte forhold eller fremtidige ting, der ikke kan opfattes med de almindelige sanser. Clairvoyance bruges indenfor alternativ behandling til diagnosticering og vejledning.

### Healing

Healing er en behandlingsform, hvor terapeuten arbejder med at regulere brugerens energier og fjerne eventuelle blokeringer. Formålet med behandlingen er at skabe balance i brugerens energisystem og aktivere selvhelbredende mekanismer. Healing er en holistisk behandlingsform. Det betyder, at healeren ikke kun fokuserer på fysiske symptomer, men også forholder sig til brugerens psykiske og følelsesmæssige velbefindende. Derfor er samtale en vigtig del af behandlingen hos en healer. Ordet "healing" er engelsk og betyder helende eller den praksis at hele.

### Heilpraktik

Behandlingsform med oprindelse i Tyskland (jf. det tyske "heilen", at helbrede), hvor den blev statsanerkendt i 1939. I heilpraktikken fokuseres der på det syge menneske, ikke på sygdommen, og der arbejdes med helhedsterapi for at regulere hele organismen. Ved diagnosticering og behandling indgår mange behandlingsformer, herunder bl.a. irisanalyse, homøopati, biokemi, akupunktur, immunterapi mv.

---

<sup>14</sup> Beskrivelserne af de alternative behandlingsformer er alle, med undtagelse af beskrivelsen af 'afspænding' og 'Humlegaarden' citeret fra Videns- og Forskningscenter for Alternativ Behandlings hjemmeside: [www.vifab.dk](http://www.vifab.dk). Beskrivelsen af 'afspænding' er citeret fra Niels Anker: *Kræftpatienters brug af alternativ behandling*, afsnit 9.4 (Anker 2006: 104). Beskrivelsen af 'Humlegaarden' er hentet fra Humlegaardens egen hjemmeside: [www.humlegaarden.dk](http://www.humlegaarden.dk).

## **Homøopati**

Grundlæggeren af klassisk homøopati er den tyske læge Samuel Hahnemann, der levede 1755-1843. Hahnemann udviklede en teori om, at et stof i fortyndet form kan helbrede et menneske for de symptomer, som samme stof i normal koncentration fremkalder hos et raskt menneske. Dermed kommer det pågældende stof til at virke som en katalysator på organismens selvhelbredende mekanismer. I forlængelse af Hahnemanns teorier anvender en homøopat det homøopatiske lægemiddel, der bedst modsvarer brugerens samlede symptombillede. Homøopaten giver lægemidlet i en meget lille dosis. Ellers risikerer symptomerne at blive værre. Ordet "homøopati" stammer fra de græske ord homoios (lignende) og pathos (lidelse).

## **Humlegaarden**

Humlegaarden er et internationalt helsecenter nær Louisiana, som bruger holistiske og naturmedicinske metoder i behandlingen af kræft ([www.humlegaarden.dk](http://www.humlegaarden.dk)).

## **Massage**

Massage er en behandlingsform, hvor massøren gnider, stryger og udspænder brugerens muskler og væv. Formålet med massage er: At lindre smerte, at fjerne spændinger, at behandle lidelser, at skabe velvære. Der er mange forskellige varianter af massage. Ofte kombinerer massøren teknikker og greb fra forskellige massagevarianter. Nogle massagevarianter fokuserer på kroppen, mens andre også søger at påvirke brugeren på et psykisk plan. Massage er den mest benyttede alternative behandlingsform i Danmark.

## **Zoneterapi**

Zoneterapi er en form for massage på fødderne. Teorien bag zoneterapi går ud på, at hvert af kroppens organer via nerve- og energibaner er forbundet med en zone på fødderne. En sådan zone hedder inden for zoneterapien en "reflekszone". Ifølge teorien betyder ømhed i en reflekszone, at det pågældende organ ikke fungerer optimalt. Ved at behandle reflekszonerne med massage og forskellige former for tryk vil zoneterapeuten frigøre helende energi, der stimulerer organerne og genopretter balancen i kroppen. Zoneterapeuten mærker blokeringer i kroppen som spændinger i fodens væv.