

CHÂM CỨU GIÚP PHỤ NỮ BỊ UNG THƯ VÚ GIẢM MỆT MỎI

Theo một nghiên cứu của Anh, châm cứu có thể giúp làm giảm bớt mệt mỏi ở những phụ nữ bị ung thư vú cũng như làm giảm trạng thái lo âu, trầm cảm và nâng cao chất lượng cuộc sống của bệnh nhân.

Ung thư và các phương pháp điều trị căn bệnh này có thể gây ra đau đớn kéo dài, căng thẳng thần kinh và thiếu máu, tất cả đều góp phần dẫn đến tình trạng mệt mỏi. Ngoài ra, những người bị nôn sau hóa trị có thể không có được bữa ăn đầu đủ dinh dưỡng nhất để duy trì các mức năng lượng cần thiết.

Theo Reuters ngày 30/10, trong nghiên cứu đăng trên tạp chí Ung thư học lâm sàng của Mỹ, ông Alexander Molassiotis tại Đại học Manchester cùng các đồng nghiệp đã theo dõi 227 phụ nữ mắc chứng mệt mỏi vừa phải và nghiêm trọng liên quan đến ung thư được châm cứu sáu lần/tuần, và 75 phụ nữ mệt mỏi khác không châm cứu.

Kết quả là sau sáu tuần, sự mệt mỏi nói chung đã giảm gần bốn điểm trên thang 0-20 ở những phụ nữ được châm cứu, so với mức giảm chỉ một điểm ở nhóm kia.

Trong nghiên cứu, ông Molassiotis và các đồng nghiệp nhấn mạnh: "Châm cứu là biện pháp can thiệp hiệu quả để kiểm soát triệu chứng mệt mỏi liên quan đến hóa trị và nâng cao chất lượng cuộc sống của bệnh nhân". Sự cải thiện này chỉ ở mức độ "nhẹ và vừa phải" không đủ để giúp bệnh nhân liệt giường đứng dậy đi lại, nhưng có thể đủ để giúp những người quá mệt mỏi luyện tập và bắt đầu tham gia một số hoạt động.

Mức độ lo âu và trầm cảm, được đo trên thang điểm từ 0-21, cũng giảm thêm hai điểm nữa trong khoảng thời gian sau châm cứu. Ngoài ra, mức độ khỏe mạnh về thể chất và tinh thần cũng được cải thiện nhờ liệu pháp châm cứu.

Theo một bài báo đăng cùng nghiên cứu trên, nhà tâm lý học Julienne Bower tại Đại học California, Los Angeles (Mỹ) cho biết gần 1/3 số bệnh nhân ung thư bị mệt mỏi triền miên và tình trạng này có thể kéo dài nhiều năm sau điều trị. Các bác sỹ thường khuyến khích bệnh nhân vận động vừa phải và giao tiếp để cải thiện mức năng lượng trong cơ thể họ.