

Geluk als wapen tegen kanker

prof. dr. David Khayat

TEKST: ALEXANDRA DELUZURIEUX | FOTOGRAFIE: LEONARD DE SERRES



Oncoloog prof. dr. David Khayat is een rond kanker bestaan. Hij is auteur van medische oncologie in het ziekenhuis La in de oncologie aan de universiteit Pierre-et-Marie-Curie in Parijs VI en assistent-hoogleraar aan het medisch centrum MD Anderson in Houston, Texas (Verenigde Staten). Exclusief voor ACADEMY® magazine belicht hij de huidige stand van zaken, inclusief de goede en de slechte praktijken.

fervent bestrijder van de mythes die er talloze bestsellers, chef van de afdeling Pitié-Salpêtrière in Parijs, hoogleraar

Er zijn zowel bijzonder alarmerende als bemoedigende cijfers over kanker te melden. Elk uur sterft in Frankrijk een vrouw aan de gevolgen van borstkanker. Daar staat tegenover dat dit jaar 55 procent van de Fransen met de diagnose kanker geneest. De kankerepidemiologie stemt professor David Khayat pessimistisch. “We constateren elk jaar een stijging van het aantal nieuwe gevallen. Om dit fenomeen een halt toe te roepen en de verspreiding van de ziekte te beperken, moeten we stevig inzetten op preventie en daar ons voordeel uithalen.” Preventie is volgens de oncoloog de zwakste schakel binnen de gezondheidscultuur in Frankrijk, zeker als het om roken gaat. De sigarettenprijzen zijn te laag. “Dat is vernietigend als je met preventie bezig bent. Daarnaast komt obesitas steeds vaker voor onder jongeren. Dat zijn nu net de belangrijkste factoren die de stijging van het aantal kanker-gevallen veroorzaken!”

Ronduit optimistisch is prof. Khayat daarentegen over het dalende sterftecijfer. “Dat wil zeggen dat we in staat zijn deze verschrikkelijke epidemie aan te pakken, onder meer door het uitvoeren van screenings. We kunnen vaker MRI-scans toepassen en sneller een diagnose stellen, waardoor de genezingskansen toenemen. De therapeutische behandelingen mogen we daarbij niet vergeten. Ontdekkingen van de laatste tien jaar hebben geleid tot aanzienlijke vooruitgang en hebben de prognoses ten aanzien van een aantal kankervormen ingrijpend veranderd.”

IMMUNOTHERAPIE

Immunotherapie staat enorm in de belangstelling en lijkt een wondermiddel te zijn. Prof. Khayat: “Ik wil geen valse hoop wekken bij die zieken die helaas met of zonder deze therapie zullen overlijden. Immunotherapie verkeert in een experimenteel stadium en dat vraagt om geduld. Bovendien is het belangrijk te vermelden dat deze medicijnen slechts een klein aantal patiënten genezing bieden en een flinke kostenpost vormen. Ongetwijfeld rijst dan ook de vraag of ze worden toegelaten tot het systeem van de gezondheidszorg. Eerlijk gezegd denk ik niet dat kanker nog tijdens mijn leven uitgeroeid zal zijn.”

“Alle feiten in ogenschouw nemend, geloof ik dat immunotherapie reële vooruitgang betekent. In feite is het een heel oud concept. Ons lichaam beschikt over een extreem functionerend afweersysteem. Het heeft tijd gekost dat te begrijpen en uit te vinden hoe we de werking ervan kunnen stimuleren. Pas vier of vijf jaar geleden hebben onderzoekers kunnen bepalen waarom het immuunsysteem ons niet beschermt tegen kanker. Simpel gezegd zijn de kankercellen slapend aanwezig in witte bloedlichaampjes, die een belangrijke rol spelen in ons afweersysteem. En dus woekert de kanker, langzaam.” Prof. Khayat is een jaar lang in Chicago geweest, waar onderzoekers uiteindelijk het eerste medicijn tegen het kwaadaardige melanoom (een kanker mol) hebben gevonden. Dit jaar zijn niet alleen de resultaten van het onderzoek bevestigd, maar ook dat dit type medicatie de overlevingskansen vergroot bij onder andere

dikke darm- en longkanker. Eveneens dit jaar is een begin gemaakt met de ontwikkeling van vaccins (een andere vorm van immunotherapie) tegen hersentumoren en alvleesklierkanker. Immunotherapie is dus een nieuw wapen, dat bestaande therapieën als bestraling, operaties, hormoon- en chemotherapie versterkt.”

ANTI-KANKER REMEDIES

De oncoloog zet erg in op preventie. Hij benadrukt dat er geen wondermiddelen en magische formules tegen kanker bestaan. “Ieder individu is uniek”, zegt hij. “En dus is er geen universeel recept dat alle kankers bij iedereen kan voorkomen.” Volgens prof. Khayat is het idee dat kanker kan ontstaan als we in aanraking komen met krachtige carcinogene of kankerverwekkende stoffen wijdverbreid. “Bijvoorbeeld, als u blijft roken krijgt u kanker. Slechts een op de zes rokers ontwikkelt longkanker, maar daar kijken we tegenwoordig anders tegenaan dan vroeger. Kanker is in feite het resultaat van honderdduizenden kleine kankerverwekkende factoren die op zichzelf allemaal een beperkt effect hebben. Elke keer dat het genetische erfgoed van iemands cellen verandert (door roken, te lange blootstelling aan de zon en bovendien slechte voeding) doet hij een beroep op zijn interne reparatiesysteem. Dat presteert in extreme mate, waarbij het niet uitmaakt wát de verandering heeft veroorzaakt. Het gevolg is dat het genetisch erfgoed verandert (muteert) en een kanker wordt geboren.” Preventie bestaat dus niet uit een wonderbaarlijk trucje, maar uit het samenspel van heel veel kleine factoren.

VOEDING

Khayat noemt voeding. Niet zo gek, want er zijn vele anti-kankerdiëten. “Sommige voedingsmiddelen zijn ronduit schadelijk. Het is echter nog ingewikkelder, want ook hoe we zelf in elkaar zitten telt mee. We vinden allemaal wat anders lekker en niet alle voedingsmiddelen zijn voor iedereen even kankerverwekkend. En dan zijn er ook nog voedingsmiddelen die het stempel ‘preventief’ hebben gekregen.

Kortom: er bestaat geen algemeen dieet tegen kanker.” Prof. Khayat voegt daaraan toe dat het tussen 20 en 30 jaar kan duren voordat een kanker zich manifesteert en dan is het voor een aantal van ons al te laat. Daarom is het heel belangrijk dat we onmiddellijk beginnen met het voorkomen van kanker bij onze kinderen. Er is nog tijd om in actie te komen voor hen. Dat betekent dat we moeten strijden tegen het ‘verwestern’ van onze voedingsgewoonten. Wij hebben vrijwel allemaal de neiging traditionele maaltijden te vervangen

door ongezonde snacks en producten met te veel vet en suiker en niet voor voldoende afwisseling te zorgen. We moeten weer kiezen voor seizoensproducten, aan tafel eten en voorkomen dat jongeren gaan roken en te lang in de zon verblijven. Daarnaast is het nodig de strijd aan te gaan met dieselauto’s, omdat hun uitstoot wereldwijd elk jaar goed is voor 200.000 doden. We kunnen nog meer doen. Tegen stress bijvoorbeeld. Stress tast ons natuurlijke afweersysteem aan en bevordert de ontwikkeling van kanker.”

‘Geneeskunde is geen wetenschap, maar een kunstvorm’

DE BELANGRIJKSTE CIJFERS

In Nederland

- 100.000 nieuwe kankergevallen per jaar.
- 42.000 sterfgevallen per jaar.
- Sterfte aan kanker ligt in Nederland hoger dan het gemiddelde in de EU.
- De afgelopen 40 jaar is het aantal gevallen elke 20 jaar verdubbeld. Het aantal sterfgevallen is de laatste twee decennia stabiel, zelfs in het geval van een epidemie. Dit is te danken aan betere preventie, vroegtijdige diagnoses en effectievere behandelmethoden.
- Prostaatkanker is de meest voorkomende vorm van kanker bij mannen, borstkanker is de meest voorkomende vorm bij vrouwen.
- Kanker is vandaag de dag de voornaamste oorzaak van vroegtijdig overlijden (voor het 65ste levensjaar) bij mannen en wereldwijd zelfs de voornaamste doodsoorzaak.

Wereldwijd

- Het aantal nieuwe gevallen verdubbelt ook wereldwijd elke 20 jaar. De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) heeft 10 miljoen nieuwe gevallen en 6 miljoen sterfgevallen opgetekend in 2000 en verwacht 20 miljoen gevallen en 10 miljoen sterfgevallen in 2020.
- Aan kanker overlijden wereldwijd meer mensen dan aan aids, tuberculose en malaria samen.

GELUK ALS PREVENTIEMIDDEL

“Heel lang heb ik gedacht dat er geen enkel bewijs is dat stress of juist gelukkig zijn een rol spelen bij het al dan niet krijgen van kanker. Nu ik 59 ben, kijk ik daar anders tegenaan en denk ik dat ze wel van belang zijn. Stress op zich veroorzaakt geen kanker, maar beïnvloedt wel het risico. Hetzelfde geldt voor geluk. De Franse arts René Laennec, uitvinder van de stethoscoop, heeft gezegd: ‘Ziekte is het gevolg van verdriet’. Ik kan mij voorstellen dat geluk een preventieve werking kan hebben.”

ACCEPTATIE

Pijn accepteren is volgens de oncoloog van fundamenteel belang. “In eerste instantie moet je de pijn niet wegstoppen, want die geeft aan wat er aan de hand is. Meteen daarna kijken we hoe we die pijn kunnen elimineren. We beschikken tegenwoordig over medicijnen die vrijwel elke pijn kunnen wegnemen. De meeste medische teams beseffen al te goed dat pijn lijden geen enkel doel dient. Patiënten ondergaan alle pijnvormen anders, maar die zijn in tegenstelling tot het lijden met medicijnen te bestrijden. Als je het lijden kunt verlichten ontstaat weer hoop. Het is de taak van artsen hoe dan ook hoop te geven: op leven voor degenen die

kunnen genezen of overleven of om waardig te kunnen sterven. Er is altijd een bepaalde vorm van hoop. Artsen spelen daarbij een leidende rol. Zij kunnen ervoor zorgen dat het lijden beheersbaar blijft, maar de mate waarin dat lukt hangt mede af van hun persoonlijkheid. Geneeskunde is geen wetenschap, maar een kunstvorm, echter helaas zijn niet alle kunstenaars hetzelfde.”

STRIJD VOOR HET LEVEN

Op de vraag welke conclusie hij trekt na veertig jaar strijd tegen de ziekte, antwoordt Khayat: “Niets is zo belangrijk als preventie. Dat is nieuw binnen onze Latijnse cultuur, waarin niets geweldiger is dan het vinden van een remedie en het krijgen van erkenning daarvoor. Het is daarom tijd dat de Franse regering evolueert en ook inzet op een verandering van mentaliteit. De overheid moet een voorbeeld nemen aan de Angelsaksische landen, waar heel veel wordt gedaan aan de preventie van ziekten. Dat is de enige manier die niet alleen een voortijdige dood kan voorkomen, maar ook het krijgen van de ziekte zelf en het moeten ondergaan van vervelende behandelingen. De strijd tegen kanker is een gevecht zonder einde. Natuurlijk is er vooruitgang en zijn de vooruitzichten beter dan ooit, maar het beste is om op alle mogelijke manieren te proberen te vermijden dat je de ziekte krijgt.”

Er wordt volgens prof. Khayat vaak gezegd dat een oncoloog strijdt tegen de dood. “Ik omschrijf dat liever als een strijd voor het leven. Dat is de passie die mij en oncologen in het algemeen drijft. Kanker is de meest intelligente vorm van leven en tegelijk de grootste dreiging waarmee de mens ooit is geconfronteerd. Ik blijf persoonlijk geloven dat op een dag kinderen worden geboren in een wereld die vrij is van kanker.” 🎓

‘Op een dag worden kinderen geboren in een kankervrije wereld’



Prof. dr. David Khayat is een Franse, in Tunesië geboren oncoloog. Hij is hoofd oncologie in het ziekenhuis La Pitié-Salpêtrière in Parijs, hoogleraar in de oncologie aan de universiteit Pierre-et-Marie-Curie in Parijs en assistent-hoogleraar aan het medisch centrum MD Anderson in Houston, Texas (Verenigde Staten). Hij studeerde medicijnen aan de universiteit van Nice en specialiseerde zich later in oncologie. Hij behaalde zijn Master of Science op het gebied van tumorimmunologie. Khayat heeft een studieprogramma opgezet voor jonge Franse oncologen en meegewerkt aan de anti-kankercampagne van president Jacques Chirac. Hij heeft talloze bestsellers op zijn naam staan, waaronder ‘Het echte anti-kankerdiët’ (Lannoo, ISBN 9789020940466) en medische thrillers.

davidkhayat@speakersacademy.nl