

Borstkanker

Algemene patiënteninformatie

Geachte mevrouw *,

Van harte welkom in Borstcentrum Máxima.

Uw behandelend specialist heeft u verteld dat u borstkanker heeft. In korte tijd krijgt u veel informatie. Juist in een periode van spanning en onzekerheid is het moeilijk om alle informatie te onthouden.

Wij vinden het belangrijk dat u zo goed mogelijk geïnformeerd bent over de zaken die met uw ziekte samenhangen. U krijgt de informatie die voor u van toepassing is, op verschillende momenten in het behandeltraject toegestuurd via 'Mijn MMC'.

Het team van Borstcentrum Máxima

** Omdat borstkanker in de meeste gevallen bij vrouwen voorkomt, wordt in de tekst de patiënt als vrouw aangesproken. Mannelijke patiënten vragen wij begrip hiervoor.*

Borstcentrum Máxima

Bij Borstcentrum Máxima staat een toegewijd team voor u klaar. Professionals die zich allemaal met borstafwijkingen, waaronder borstkanker, bezighouden. Onze specialisten zijn op de hoogte van de nieuwste behandelingen, meest recente richtlijnen en protocollen. De beste medische en verpleegkundige zorg achter één loket.

Als u geconfronteerd wordt met de diagnose borstkanker wilt u zo snel mogelijk de beste zorg. Patiënten met borstkanker krijgen te maken met verschillende specialisten en andere ondersteunende professionals. Zij werken nauw samen binnen dit unieke borstcentrum op locatie Eindhoven. Door deze nauwe samenwerking is het mogelijk u de meest optimale zorg aan te bieden. Uw behandelplan wordt binnen een team van oncologisch chirurgen, internist- oncologen, radiotherapeuten, plastisch chirurgen, verpleegkundig specialisten opgesteld. De verpleegkundig specialist is hierbij uw casemanager of aanspreekpunt.

Verder zijn er nog verschillende andere zorgprofessionals voor u beschikbaar die u ondersteuning kunnen bieden tijdens of na uw behandeling.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

De verpleegkundig specialist, uw casemanager

Als u van uw medisch specialist de diagnose borstkanker heeft gekregen krijgt u een afspraak bij de verpleegkundig specialist.

Tijdens uw gehele traject van diagnose tot en met nazorg heeft u één verpleegkundig specialist als aanspreekpunt. Zij geeft u, uw partner en familie duidelijke voorlichting, een gedegen voorbereiding en begeleiding tijdens uw ziekte en behandeling. Met al uw vragen of onzekerheden kunt u bij haar terecht.

Een verpleegkundig specialist is van origine ook een gespecialiseerd (oncologie)verpleegkundige maar heeft een aanvullende hbo-masteropleiding gevolgd en mag daardoor naast verpleegkundige taken ook zelfstandig medische taken indiceren en uitvoeren. Denkt u aan het stellen van een diagnose, het uitvoeren van lichamelijk onderzoek, aanvragen van onderzoek, verwijzen naar andere professionals en het voorschrijven van medicatie. Zij kunnen ook controles van de medisch specialist overnemen. Uw medisch specialist blijft altijd zeer nauw betrokken bij uw behandeling en nacontrole.

Borstkanker

Borstkanker is de meest voorkomende vorm van kanker bij vrouwen. Vóór het dertigste jaar is borstkanker zeldzaam, maar met het stijgen van de leeftijd komt de ziekte steeds vaker voor. De ziekte kan ook bij mannen voorkomen.

(Borst)kanker in het kort

Kanker is een ziekte van lichaamscellen. Lichaamscellen vernieuwen zich normaal door steeds weer opnieuw te delen.

Deze regelmatige celdeling is nodig om te groeien en om oude, of beschadigde cellen te vervangen.

Soms ontspoord dit proces en gaan cellen zich abnormaal gedragen. Ze gaan zich delen zonder dat het lichaam hierover nog controle heeft. Er hopen zich dan steeds meer van die abnormale cellen op. Dit kan leiden tot goedaardige of kwaadaardige gezwellen (tumoren). Alleen bij kwaadaardige gezwellen spreken we van kanker. Een kwaadaardig gezwel dringt steeds verder door in het gezonde weefsel dat eromheen ligt. Dit gezwel kan ook uitzaaiingen (metastasen) in de organen veroorzaken. Dit kan gebeuren via de bloed- en lymfebanen.

Oorzaken

Het is nog steeds niet duidelijk waardoor borstkanker veroorzaakt wordt en hoe je het kunt voorkomen. Sommige vrouwen lijken gevoeliger te zijn om borstkanker te krijgen dan andere, bijvoorbeeld:

- Vrouwen die eerder borstkanker hebben gehad
- Vrouwen van wie de moeder en/of zuster(s) vóór de overgang borstkanker hebben gehad. Bij naar schatting vijf tot acht procent van de patiënten spelen erfelijke factoren een rol bij het ontstaan van borstkanker
- Ook geslachtshormonen kunnen een rol spelen bij het ontstaan van borstkanker. Vrouwen die op jonge leeftijd de eerste menstruatie krijgen en vervolgens op late leeftijd de laatste menstruatie, staan langer bloot aan oestrogenen (vrouwelijke geslachtshormonen). Dit vergroot de kans op borstkanker. Zo lijkt (jong) kinderen krijgen en borstvoeding geven het ontstaan van borstkanker af te remmen. Of de anticonceptiepil ook een risico vormt is niet geheel zeker.

Verschillende typen borstkanker

Borstkanker kan overal in de borst ontstaan. We kennen verschillende typen borstkanker. Dit is afhankelijk van het weefsel waaruit de tumor is ontstaan en wat de verdere kenmerken van de tumor zijn.

Een tumor kan ontstaan in een melkkangetje, dit noemen we een 'ductaal carcinoom'. Als een tumor ontstaat in de melkklier noemen we dit een 'lobulair carcinoom'.

Andere tumorkenmerken die bepalend kunnen zijn in de keuze van behandeling:

1. Afmeting van de tumor:
De afmeting van de tumor speelt een belangrijke rol in de keuze van de volgorde van behandelen en de operatieve mogelijkheden.
2. Gradering van de tumor:
De gradering wordt weergegeven in een getal van 1 tot 3. Dit zegt wat over de mate van verandering van gezonde lichaamscellen. Hoe minder een tumorcel lijkt op een gezonde lichaamscel, hoe agressiever deze is. Een hogere gradering betekent een grotere mate van agressiviteit (celwoekering).
3. Hormoonreceptoren:
Aan de hand van een stukje tumorweefsel wordt onderzocht of er sprake is van hormoongevoeligheid. Kankercellen bevatten ontvangers (receptoren) die oestrogeen en/of progesteron aan zich kunnen binden. Deze zorgen voor een groeisignaal in de tumorcel. Oestrogeen en progesteron zijn geslachtshormonen. De tumor voedt zich en kan uitgroeien onder invloed van lichaamseigen hormonen. We spreken dan van een hormoongevoelige tumor.
4. HER2/neu receptor:
HER2/neu is een eiwit dat een grote rol speelt bij de ontwikkeling van borstkanker. Het is een ontvanger (receptor) die signalen doorgeeft aan de celkern voor een gezonde celgroei en celdeling. Als de tumor HER2/neu-gevoelig is, betekent dit dat er veel van deze receptoren zijn. Een cel met te veel receptoren ontvangt te veel

groeisignalen en zal sneller groeien dan normale cellen (woekering). We noemen dit een HER2/ neu positieve tumor.

Behandel mogelijkheden

De behandelend arts bespreekt met u een behandelvoorstel die in uw individuele situatie de meeste kans geeft op herstel. Dit behandelvoorstel komt in teamverband tot stand.

Natuurlijk wordt ook uw eigen wens hierin meegenomen.

Naast de specifieke tumorkenmerken zijn er ook individuele factoren die de keuze voor behandeling kunnen beïnvloeden:

- Uitgebreidheid van ziekte (lymfeklieren oksel wel/niet aangedaan)
- Leeftijd en gezondheidssituatie
- Mogelijke erfelijke belasting
- Wens van de patiënt

Bij de behandel mogelijkheden van borstkanker maken we onderscheid in:

1. Plaatselijke behandeling:
 - a) operatie
 - b) (eventueel) gevolgd door bestraling
2. Systemische behandeling:
 - c) chemotherapie
 - d) immunotherapie
 - e) hormoontherapie

1. Plaatselijke behandeling**a) Operatie**

Borstkanker kan in grote lijnen op twee operatieve manieren behandeld worden: door een borstsparende behandeling (een operatie gevolgd door bestraling), of door een borstamputatie (eventueel met een (primaire) reconstructie van de borst). In beide gevallen kunnen tijdens de operatie ook één lymfeklier (de schildwachtklier) of meerdere lymfeklieren (okselsklierdissectie) uit de oksel verwijderd worden om te kunnen onderzoeken of deze uitzaaiingen bevatten.

b) Bestraling

Een ander woord voor bestraling is radiotherapie. Bestraling brengt schade toe aan cellen: gezonde cellen kunnen zich hiervan herstellen, kankercellen niet en deze sterven af. Na een borstsparende operatie volgt altijd bestraling van de geopereerde borst. Op deze manier is er een gelijke kans op genezing in vergelijking tot een borstamputatie. Soms volgt er na een borstamputatie ook bestraling en soms is het nodig om de oksel te bestralen.

2. Systemische behandeling

Dit is een behandeling die het hele lichaam aangrijpt. Een systeembehandeling wordt gegeven als er een reële kans bestaat dat er tumorcellen elders in het lichaam zijn, die dusdanig klein zijn dat deze (nog) niet kunnen worden aangetoond. De systemische behandelingen richten zich erop om te voorkomen dat tumorcellen kunnen uitgroeien en elders in het lichaam voor problemen kunnen gaan zorgen.

We noemen dit uitzaaiingen of metastasen.

Niet iedereen komt, naast een plaatselijke behandeling, in aanmerking voor een systeembehandeling. Dit wordt bepaald aan de hand van het risico op uitzaaiingen. De grootte en gradering van de tumor, maar ook de aanwezigheid van eventuele kankercellen in de lymfeklieren zijn bepalend bij deze risico-inschatting.

Als de systemische behandelingen plaatsvinden als aanvulling op de lokale behandeling, noemen we dit een adjuvante behandeling. Er kan ook worden overwogen om de systeembehandeling vooraf aan de operatie te geven: neo-adjuvant. Dit om in een later stadium (bij verwachte afname van tumoromvang) zorgvuldiger te kunnen opereren. Daarnaast kan het effect van de therapie op de tumor beter beoordeeld worden. Systeembehandelingen (hormonale therapie) worden ook toegepast bij medisch bezwaar tegen een operatie.

c) Chemotherapie

Chemotherapie is een behandeling waarbij cytostatica (medicatie) meestal via een infuus wordt toegediend. Deze behandeling vindt plaats op de oncologische dagbehandeling. Via de bloedbaan verspreidt de medicatie zich door het hele lichaam om tumorcellen aan te pakken. De tumorcellen zijn sneldelende cellen. Cytostatica vernietigen deze. Bijwerkingen bij chemotherapie ontstaan doordat de medicijnen ook effect hebben op gezonde sneldelende cellen.

d) Immunotherapie

Immunotherapie is een doelgerichte behandeling. Bij borstkanker kan een vorm van immunotherapie worden ingezet als er sprake is van een hoge mate van aanwezigheid van HER2-receptoren; een zogenaamde HER2/neu positieve tumor. Via een infuus wordt medicatie gegeven die zich zal binden aan de HER2-receptoren, om ze op deze manier te blokkeren. Hierdoor kan de cel geen groeisignalen meer ontvangen en doorgeven. De groei van de tumorcel wordt geremd.

De medicatie richt zich op de receptoren. Deze bevinden zich hoofdzakelijk op borstkankercellen. Gezonde cellen ondervinden geen nadelig effect, zodat er meestal geen bijwerkingen zijn. Wel is hartschade een mogelijke bijwerking. Daarom wordt er regelmatig tijdens de behandeling een onderzoek gedaan naar de pompfunctie van het hart. Indien deze pompfunctie afneemt wordt de immunotherapie (tijdelijk) gestopt. Immunotherapie wordt gegeven in combinatie met chemotherapie.

e) Hormoontherapie

Hormoontherapie wordt gegeven als de tumor hormoongevoelig is. Deze voedt zich dan met oestrogeen en progesteron. Antihormonen kunnen dit proces blokkeren. Hormoontherapie wordt meestal in tabletvorm gegeven, maar kan ook toegediend worden als injectie. De keuze van de medicatie wordt bepaald door de leeftijd van de patiënt en het al dan niet doorgemaakt hebben van de overgang.

De behandeling bij borstkanker kan dus op veel verschillende manieren gegeven worden en is afhankelijk van uw persoonlijke situatie. De specialisten van het borstcentrum begeleiden u hierbij. De chirurg is betrokken bij de operatie en de internist-oncoloog begeleidt u tijdens de systeembehandeling. De verpleegkundig specialist biedt u overkoepelende ondersteuning in beide behandeltrajecten en coördineert de behandeling.

De lastmeter

Kanker is een ziekte die uw leven ingrijpend kan verstoren. De ziekte en behandeling kunnen niet alleen lichamelijke klachten met zich meebrengen maar ook psychische, praktische en sociale problemen. Bij psychische gevolgen kunt u denken aan angst, onzekerheid, depressieve gevoelens en boosheid. Op praktisch gebied kunt u tegen problemen aanlopen met het huishouden, vervoer of financiën. Voorbeelden van sociale gevolgen zijn veranderingen in persoonlijke relaties, sociale activiteiten en de werksituatie. Het kan zijn dat u goed in staat bent om eventuele problemen zelf op te lossen met hulp van familie en vrienden, uw behandelend arts en de verpleegkundige. Het is ook mogelijk dat u tijdens de behandeling of daarna behoefte heeft aan ondersteuning. Om ervoor te zorgen dat u die ondersteuning op het juiste moment van de juiste zorgverlener krijgt, maken we in Máxima MC gebruik van de Lastmeter.

Op de Lastmeter geeft u aan hoe het met u gaat en welke problemen u mogelijk ervaart op lichamelijk, emotioneel, sociaal, praktisch en spiritueel gebied.

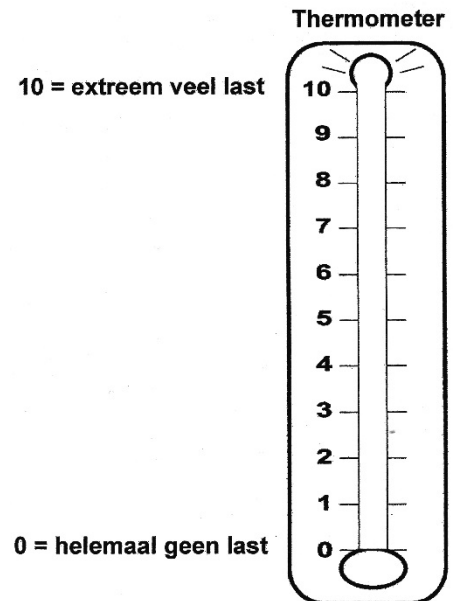
De lastmeter bestaat uit een thermometer en een vragenlijst.

De thermometer bestaat uit een schaal van 0 tot 10, waarbij:

- 0 = helemaal geen last
- 10 = extreem veel last

Door een streepje te zetten bij een cijfer op de thermometer, kunt u de last aangeven die u ervaart.

Daarnaast wordt u gevraagd de vragenlijst volledig in te vullen. Op de lijst staan vragen over verschillende onderwerpen. Het is de bedoeling dat u elke vraag beantwoordt, door een kruisje te zetten bij ja of nee. Het is belangrijk dat u zelf de lastmeter invult, het gaat immers om uw beleving en de last die u ervaart. Door het gebruik van de lastmeter kunnen we eventuele veranderingen in kaart brengen en bespreekbaar maken. Hierdoor krijgen we beter zicht op hoe het met u gaat.



Wanneer ontvangt u de lastmeter?

U krijgt de Lastmeter van een polikliniekmedewerker van Máxima Oncologisch Centrum voordat u een controleafspraak heeft met uw verpleegkundig specialist. U kunt de lastmeter op dat moment in een rustige omgeving invullen.

Wie bespreekt de lastmeter met u?

Uw verpleegkundig specialist bespreekt de Lastmeter met u tijdens de controleafspraak. Aan bod komen de eventuele problemen/ klachten die u ervaart. Uw verpleegkundig specialist kijkt samen met u hoe wij u het beste ondersteuning kunnen bieden.

Hoe vaak invullen?

Wij vragen u de Lastmeter in te vullen tijdens uw behandeling en in de (na)controleperiode.

Wat biedt het u?

De Lastmeter biedt u de mogelijkheid om zelf aan uw zorgverlener(s) te laten weten hoe het met u gaat. Het is een hulpmiddel om in gesprek te gaan met uw zorgverlener over de door u ervaren gevolgen van uw ziekte. U kunt bovendien aangeven of u behoefte heeft aan ondersteunende psychosociale of paramedische zorg, of bijvoorbeeld die van een lotgenoot.

Ondersteunende zorg

Als u van uw behandelend arts te horen krijgt dat u kanker heeft, krijgen u en uw naasten veel informatie en emoties te verwerken. Door lichamelijke gevolgen en spanningen kunnen allerlei problemen ontstaan. U kunt bijvoorbeeld problemen in uw thuissituatie krijgen, met uw kinderen, in uw relatie, op uw werk of bij uw dagelijkse bezigheden.

Veel mensen hebben behoefte aan steun van anderen. Vaak weten familie en naasten zich ook geen raad met de angst en onzekerheid. Naast steun van familie en vrienden zijn er ook andere mogelijkheden.

In het Máxima Oncologisch Centrum zijn er, naast uw behandelend arts, een aantal hulpverleners die u ondersteuning kunnen bieden bij mogelijke problemen op psychisch, lichamelijk, sociaal, en levensbeschouwelijk gebied. Om u zo goed mogelijk te helpen, werken zij nauw met elkaar samen en verwijzen u in overleg door.

Hier vindt u voor welke hulpvragen u bij welke hulpverlener terecht kunt. De volgende hulpverleners komen aan bod:

- oncologieverpleegkundige/ verpleegkundig specialist;
- medisch psycholoog;
- levensbegeleider;
- diëtiste.

De oncologieverpleegkundige/ verpleegkundig specialist

In het Máxima Oncologisch Centrum zijn oncologieverpleegkundigen en verpleegkundig specialisten werkzaam. Oncologieverpleegkundigen hebben een specialisatie in de oncologie en werken op de oncologische dagbehandeling of op een verpleegafdeling waar patiënten met kanker verpleegd worden. Tijdens uw behandeling op een van deze afdelingen kunt u altijd met uw vragen en onzekerheden bij deze verpleegkundigen terecht.

Wanneer naar de verpleegkundig specialist?

Wanneer uw medisch specialist u een behandeling heeft voorgesteld, krijgt u van de verpleegkundig specialist gerichte mondelinge en schriftelijke informatie over het verloop van de behandeling, de eventuele bijwerkingen en hoe u hiermee om kunt gaan. Dat houdt in dat u gedurende het gehele behandeltraject, behalve met uw medisch specialist, ook een aantal gesprekken heeft met de verpleegkundig specialist.

Wanneer u extra behoefte heeft aan advies en begeleiding bij het doormaken van uw ziekte, kunt u altijd buiten de reguliere afspraken om, een afspraak maken of bellen met de verpleegkundig specialist.

Wat kan de verpleegkundig specialist voor u betekenen?

De verpleegkundig specialist biedt informatie op maat, gericht op uw behoefte en op de behandeling die u op dat moment ondergaat. Daarnaast kunt u bij haar terecht voor vragen over uw ziekte, behandeling of klachten die u als gevolg hiervan ondervindt.

U kunt hierbij denken aan:

- Lichamelijke klachten zoals vermoeidheid, pijn, huid- en/of oedeemproblemen, misselijkheid of een verminderde eetlust.
- Psychische klachten zoals het verwerken van- en omgaan met uw ziekte en de gevoelens die daarmee gepaard gaan. Denk hierbij aan angst, onzekerheid, onmacht of problemen in het gezin of op het werk.
- Ook met problemen in de beleving van uw seksualiteit kunt u bij hen terecht.

Doorverwijzen naar psycho-sociaal hulpverlener

Als u behoefte heeft aan een gespecialiseerd psycho-sociaal hulpverlener (onder andere levensbegeleider, medisch psycholoog) kan de verpleegkundig specialist u doorverwijzen. Bij psycho-sociale problematiek zal de verpleegkundig specialist uw probleem voorleggen in het overleg met andere specialisten. In dit multidisciplinaire overleg wordt gekeken welke hulpverlener in uw situatie het best geadviseerd kan worden.

Begeleidingsbezoeken

Heeft u behoefte aan advies en ondersteuning thuis? Dan kunnen wij voor u begeleidingshuisbezoeken regelen. U wordt dan door een oncologieverpleegkundige thuis bezocht.

Bijvoorbeeld: Allertzorg - Care for Cancer.

Mogelijke zorg na uw behandeling

Aan het einde van de behandeling krijgt u een gesprek met de verpleegkundig specialist, het zogenaamde nazorggesprek. In dit gesprek krijgt u uitleg over de verdere mogelijkheden van zorg na uw behandeling. Een voorbeeld hiervan is oncologische revalidatie.

Afspraak maken

Voor een afspraak met de verpleegkundig specialist kunt u telefonisch contact opnemen met het Borstcentrum Máxima: (040) 888 5320

De medisch psycholoog

Een medisch psycholoog is een deskundige, gespecialiseerd in onderzoek naar de samenhang van gedrag, emoties en lichamelijk functioneren tijdens of na de ziekte. Daarnaast is de medisch psycholoog gespecialiseerd in de psychologische behandeling van mensen met een lichamelijke aandoening.

Wanneer naar een medisch psycholoog?

Er kunnen verschillende redenen zijn om naar een medisch psycholoog te gaan. Allereerst kan het zijn dat de ziekte zelf of de behandeling van de ziekte gevolgen heeft voor uw geestelijk en lichamelijk functioneren. Uw concentratie, geheugen of het omgaan met emoties kan veranderd zijn.

Daarnaast kunt u uit 'evenwicht' raken door de ingrijpende gevolgen van de ziekte. In de derde plaats kan het moeilijk zijn om in een bepaalde fase van de ziekte belangrijke keuzes te maken. Ook is het mogelijk dat u na een goed verlopen behandeling toch weer moeilijkheden ondervindt bij het oppakken van de draad van het leven. Het 'evenwicht' bij uw partner of naaste gezinsleden kan ook verstoord zijn. Er ontstaan wrijvingen, omdat zij anders op de ziekte reageren dan u.

De verwijzing

Uw medisch- en verpleegkundig specialist van het MOC kan u verwijzen naar een medisch psycholoog. Uiteraard kunt u ook zelf om een verwijzing vragen. Na ontvangst van de verwijzing nodigt de medisch psycholoog u uit voor een kennismakingsgesprek.

Het eerste contact

In één of meerdere gesprekken wordt aandacht besteed aan uw lichamelijke en/of geestelijke klachten, aan uw ziekte én uw situatie. Als het nodig is en u dat wilt, kan een behandeling worden aangeboden. Deze behandeling bestaat uit advisering of gesprek therapeutische ondersteuning.

Uw partner of naaste gezinsleden kunnen bij de behandeling worden betrokken. De medisch psycholoog kan u leren om spanningen te verminderen. Bij speciale klachten over concentratie en/of geheugen test de medisch psycholoog dit. Daarna volgt een advies over training.

De levensbegeleider

Een levensbegeleider is gespecialiseerd in het begeleiden en ondersteunen van patiënten en hun naasten bij de verwerking van hun ziekte en bij de levensvragen die daardoor opgeroepen worden. Vragen zoals:

- Waarom overkomt mij dit?
- Hoe leer ik hiermee om te gaan?
- Hoe geef ik deze ingrijpende gebeurtenis een plek in mijn leven?
- Hoe vind ik weer vertrouwen?
- Wat betekent dit voor mijn toekomst?
- Welke hulpbronnen vind ik in mijzelf of mijn omgeving?

Bij ingrijpende veranderingen en verlies gaan veel mensen op zoek naar zin en betekenis, ieder vanuit de eigen religieuze of levensbeschouwelijke achtergrond. De levensbegeleider sluit aan bij die specifieke zingevingvragen en helpt bij het zoeken naar hulpbronnen. Dit alles met uw persoonlijke levensverhaal.

Wanneer naar een levensbegeleider?

Veel aandacht gaat uit naar de ziekte en de behandeling. Maar het is minstens zo belangrijk om tijd en rust te vinden voor de geestelijke kant. Een ziekteproces is een eenzaam avontuur. Veel zekerheden zijn weggefallen, waar kunt u nog op vertrouwen? De naaste omgeving is niet altijd in staat om steun te bieden en heeft vaak zelf ondersteuning nodig. Dat roept vaak teleurstelling op. Niemand kan het van u overnemen, maar u hoeft het niet alleen te doen. Levensbegeleiders zijn ervoor om u te helpen bij het zoeken naar een weg, herstel van vertrouwen, maar ook om steun te bieden aan uw omgeving, bijvoorbeeld partner en/of kinderen.

De verwijzing

levensbegeleiders zijn vast aanwezig op de verpleegafdelingen en kunnen patiënten op eigen initiatief bezoeken. Maar bezoek op verwijzing is ook mogelijk via de medisch - of verpleegkundig specialist / oncologieverpleegkundige van het Máxima Oncologisch Centrum of van de afdeling waar u opgenomen bent. U kunt er ook altijd zelf naar vragen.

Gesprekken met de levensbegeleider zijn altijd vertrouwelijk. Niets daaruit wordt aan uw behandelaars doorgegeven, tenzij u het weet en goedkeurt.

Als u zelf contact met een levensbegeleider wilt opnemen, kan dat via telefoonnummer (040) 888 80 00, het centrale nummer van Máxima MC. U kunt vragen naar de afdeling levensbegeleiding.

De diëtist

De diëtist is bij uitstek de deskundige om u te helpen op het gebied van voeding en kanker. Ze beoordeelt of uw voeding voldoende voedingsstoffen levert en kan uw voedingstoestand bepalen. De diëtist geeft u voedingsadviezen die zijn afgestemd op uw persoonlijke situatie, passend bij uw aandoening, uw behandeling (en de bijwerkingen ervan) en uw voorkeuren. Hierbij werkt de diëtist nauw samen met de arts, de verpleegkundig specialist en de (oncologie)-verpleegkundigen van het MOC.

Binnen Paramáx van Máxima MC heeft elke diëtist haar eigen aandachtsgebied waarbinnen zij zich specialiseert. Zo zijn er ook een aantal 'oncologisch' diëtisten met als specialisme voeding bij kanker.

Wanneer naar een diëtist?

U kunt bij de diëtist terecht met al uw vragen en problemen op het gebied van voeding. Bij kanker is het raadzaam een diëtist te raadplegen in de volgende situaties:

Onbedoeld gewichtsverlies

Meer dan de helft van alle mensen met kanker krijgt te maken met (onbedoeld) gewichtsverlies. Dit kan komen door stoffen die de tumor en het lichaam als reactie op de ziekte aanmaken (o.a. cytokinen). Deze stoffen zorgen ervoor dat het metabolisme verandert met een verhoogde afbraak van voedingsstoffen. De behandeling bestrijdt de ziekte en kan als enige het metabolisme verbeteren.

Onbedoeld gewichtsverlies is bij kanker echter ook vaak het gevolg van een hoger verlies van voedingsstoffen (bv bij braken of diarree) en/of een verminderde inname van voeding (bv bij vermoeidheid, spanningen en/of bijwerkingen van de behandeling). De balans tussen de inname en het verbruik van voeding raakt verstoord. Met aanpassingen in de voeding kan deze balans weer worden hersteld en het gewicht worden verbeterd. Hierdoor kan de kans op infecties, complicaties en (erge) bijwerkingen van de behandeling afnemen. Het is daarom raadzaam de diëtist te raadplegen bij onbedoeld gewichtsverlies (bijvoorbeeld een gewichtsverlies van 3 kg in de laatste maand of 6 kg in de laatste zes maanden).

Onbedoelde gewichtstoename

Daarnaast kunt u de diëtist raadplegen bij onbedoelde gewichtstoename. Gewichtstoename gaat bij kanker namelijk veelal gepaard met verlies van spiermassa en spierkracht. Met de juiste voeding in combinatie met beweging wordt het verlies van spieren beperkt of gestopt of is opbouw van spieren mogelijk. Daarnaast kan voeding helpen bij het bereiken van het gewenste gewicht.

Ook voor al uw andere vragen over voeding en kanker kunt u bij de diëtist terecht. Zoals vragen over:

- Voedingssupplementen;
- Specifieke voedingsadviezen bij de behandeling van kanker;
- De relatie tussen voeding en (en het ontstaan) kanker;
- Voeding en botontkalking (osteoporose);
- Voeding bij herstel.

U vindt daarnaast veel en betrouwbare informatie over voeding en kanker op de website: www.voedingenkankerinfo.nl

Verwijzing naar de diëtist

De verwijzing naar een diëtist kan plaatsvinden via de medisch specialist, de verpleegkundige specialist of (oncologie)verpleegkundige van het MOC. Dit kan zowel klinisch (tijdens opname/ chemokuur) als poliklinisch gebeuren. U wordt verwezen naar een diëtist die werkzaam is bij Paramax in Máxima MC. Na verwijzing zal de diëtist een afspraak met u maken of u bezoeken gedurende uw opname of de toediening van de chemokuur.

Afspraak maken

Als u zelf een afspraak wilt maken of bij vragen, kunt u bellen met het secretariaat van Paramáx, telefoonnummer (040) 888 90 40. Vraag hierbij om de diëtist die werkzaam is binnen het specialisme oncologie.

Oncologische revalidatie

De ziekte kanker heeft grote gevolgen. Tijdens en na de behandeling kunt u last krijgen van allerlei klachten. Uw conditie gaat achteruit. Misschien bent u moe, angstig of onzeker. Sommige mensen hebben pijn of kunnen zich minder goed concentreren. Dat maakt het dagelijkse leven er niet makkelijker op. Revalidatie kan helpen om uw klachten te verminderen. Bij oncologische revalidatie moet u denken aan fysieke training voor lichamelijk herstel, maar ook aan begeleiding door bijvoorbeeld een psycholoog voor geestelijk herstel. Een diëtist kan u voedingstips geven om weer op krachten te komen.

Oncologische revalidatie kan aangeboden worden tijdens en na de behandeling en is er voor patiënten die curatief en ook voor patiënten die palliatief behandeld worden. Oncologische revalidatie wordt modulair en op maat aangeboden.

Oncologische revalidatie binnen MMC

Aan de hand van de Lastmeter wordt gekeken welke klachten u ervaart en of oncologische revalidatie voor u een meerwaarde kan zijn. Binnen MMC wordt oncologische revalidatie in verschillende modules en op maat aangeboden. Zowel tijdens als na de behandeling kunnen wij fysieke training aanbieden aan patiënten met kanker in de curatieve fase en in de palliatieve fase. Ook bieden wij individuele begeleiding door de psycholoog of diëtist. Voor meer informatie kunt u terecht bij uw verpleegkundig specialist.

Borstkanker Vereniging Nederland (BVN)

Borstkanker Vereniging Nederland is een zelfbewuste en professionele vereniging van en voor (ex-) borstkankerpatiënten, erfelijk belasten en hun naasten. Lees hun

[kennismakingsfolder](#) of bekijk de website www.borstkanker.nl.

E-mail: info@borstkankervereniging.nl

Kanker.nl

Informatieplatform en sociaal netwerk voor (ex-)patiënten en naasten. Deze site biedt betrouwbare medische informatie over kankersoorten, behandelingen en gevolgen. Daarnaast kunt u ervaringen delen en andere patiënten ontmoeten door middel van het aanmaken van een eigen profiel.

Onder het hoofdstuk 'bibliotheek' vindt u een overzicht met alle lopende relevante wetenschappelijke onderzoeken in de Nederlandse ziekenhuizen.

www.kanker.nl

Shared decision making

Gedeelde besluitvorming Borstkanker Vereniging Nederland heeft diverse keuzehulpen ontwikkeld die u kunnen helpen om een juiste keuze te maken in de diverse behandelmogelijkheden. Vooral uw persoonlijke leefstijl en voorkeur is belangrijk om te bespreken met uw specialist zodat u samen met de specialist de juiste keuze kan maken. Deze keuzehulpen kunt u gebruiken ter voorbereiding voor uw afspraak in het ziekenhuis <https://borstkanker.nl/nl/keuzehulp>

Stichting Amazones

Voor en door jonge vrouwen met borstkanker. De amazones delen ervaringen, geven praktische tips en steunen elkaar.
www.de-amazones.nl

KWF Kankerbestrijding

Algemene site over kankerbestrijding en informatie over ziektebeelden en het bestellen van folders. Een recent overzicht van hun folders vindt u bij 'bestellen'. De kankerinfolijn is van maandag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar:
Telefoonnummer: (0800) 022 66 22 www.kwf.nl

Stichting Diagnose Kanker

De Stichting Diagnose Kanker (SDK) zet zich sinds 2000 met volle overtuiging in om duizenden kankerpatiënten met elkaar in contact te brengen. Dit zogeheten lotgenotencontact is van groot belang. Niet alleen voor de patiënten zelf, maar ook voor hun naasten. www.diagnose-kanker.nl

Alles over chemotherapie

Website met informatie over de behandeling van kanker met chemotherapie.
www.allesoverchemotherapie.nl

Voeding & kanker info

Op deze website worden vragen beantwoord over voeding en de preventie van kanker, voeding rondom de behandeling van kanker en voeding na de behandeling van kanker. Deze antwoorden zijn geformuleerd op basis van de beschikbare wetenschappelijke literatuur.
<http://voedingenkankerinfo.nl>

Kanker en werk

Alles wat u wilt weten over werken tijdens en na uw behandeling voor kanker. Hier is ook informatie te vinden voor werkgevers.
www.kankerenwerk.nl. De website maakt onderdeel uit van www.kanker.nl

Inloophuis de Eik

Het Inloophuis in Eindhoven is een laagdrempelige ontmoetingsplaats, waar een luisterend oor geboden wordt aan mensen met kanker, hun naasten en (eventueel) hun nabestaanden. Het inloophuis is vijf dagen per week geopend voor mensen die 'gewoon' even binnen willen lopen.

Adres:

Klein Tongelreplein 8

5613 KK Eindhoven

www.inloophuis-de-eik.nl

Kempisch Inloophuis

Dit inloophuis in Bladel is op 3 mei 2014 geopend. U kunt er vrijblijvend binnenlopen voor een praatje, informatie verkrijgen of deelnemen aan activiteiten. Daarbij staan samenzijn en ontspannen centraal.

Gevestigd in: 'De Hoeksteen'

Marktstraat 20

Bladel

06-14599900

www.kempischinloophuis.nl

info@kempischinloophuis.nl

Inloophuis De Cirkel

Inloophuis in Helmond voor met name de bewoners van de Peelgemeenten (Asten, Deurne, Gemert/ Bakel, Helmond, Laarbeek, Mierlo en Someren).

www.inloophuisdecirkel.nl

Mannen met borstkanker

www.mannenmetborstkanker.nl