



ONLINE ZELFMANAGEMENTTOOLS KUNNEN PATIËNT ONDERSTEUNEN

Leefstijladviezen tijdens en na de behandeling van kanker

Veel kankerpatiënten hebben behoefte aan informatie over gezonde voeding en leefstijl. In de spreekkamer van oncologisch specialisten wordt dit onderwerp over het algemeen nauwelijks besproken. Dit komt volgens prof. dr. Ellen Kampman enerzijds door tijdgebrek en anderzijds omdat ontwikkelingen elkaar in rap tempo opvolgen en de kennis van professionals daardoor niet altijd up-to-date kan zijn. Online zelfmanagementtools kunnen patiënten helpen om de juiste informatie te vinden.

Na de behandeling van kanker volgt voor patiënten een periode van herstel en revalidatie. In het eerste jaar na de behandeling kampen nog veel patiënten met klachten. De lichamelijke gevolgen hangen samen met de specifieke vorm van kanker en de behandeling, waardoor patiënten last houden van bijvoorbeeld kauw- en slikproblemen, smaakveranderingen, gewichtsveranderingen en diarree. Daarnaast kunnen vermoeidheid,

pijn en psychosociale problemen optreden. Al deze klachten kunnen gevolgen hebben voor de kwaliteit van leven en de voedingstoestand van patiënten.¹ Een gezonde leefstijl kan bijdragen aan het welbevinden. Toch wordt dit in de spreekkamer van de oncologisch specialist nauwelijks besproken.

Weinig tijd en kennis

‘Oncologisch specialisten hebben te weinig tijd voor leefstijladvisering en relatief weinig kennis over de invloed van leefstijl op het ziekteproces’, stelt prof. dr. Ellen Kampman. ‘Voor de huisarts is eveneens een taak weggelegd, maar deze heeft ook andere prioriteiten én tijdgebrek. Praktijkondersteuners en verpleegkundig specialisten kunnen voedingsadviezen bij kanker geven, maar zij zijn daarin te weinig geschoold. Patiënten die afvallen tijdens de therapie worden meestal wel doorverwezen naar de diëtist. Maar patiënten die als gevolg van chemotherapie bij bijvoorbeeld mammacarcinoom in gewicht aankomen vaak niet. Daar maakt men zich minder zorgen over, terwijl overgewicht ook een risico inhoudt op recidieven en op comorbiditeit, waaronder diabetes mellitus en hart- en vaatziekten. →