

EEN BIJZONDER TRAJECT

De sponsorfietstocht van Wiepke Engeltjes



- ▶ Roots for Moods: kwekers Westland steunen NFtK
- ▶ Schaatskampioen Harm Kuipers pleit voor bewegen bij kanker
- ▶ Slotfinanciering PANFIRE-onderzoek komt dichterbij

- VOEDING
- BEWEGEN
- WELZIJN



Drs. Lon Claassen
Directeur

Nationaal Fonds tegen Kanker

Geachte lezer,

Het is u vast opgevallen. Onze nieuwsbrief heeft een nieuwe naam: Langer Beter Leven. We vinden dat deze naam – die eigenlijk ook een slogan is – onze missie meer op de voorgrond brengt. Langer Beter Leven staat voor het vergroten van de overlevingskansen en het verbeteren van de levenskwaliteit van mensen met kanker.

Het inzetten van een slogan ligt in het verlengde van onze ambitie om zichtbaar te zijn bij zo veel mogelijk mensen. We willen het belang van voeding, beweging en welzijn bij kanker onder de aandacht brengen van een groot publiek. De waarde is evident. Bij de behandeling van kanker vallen er voordelen te halen als voeding, beweging en welzijn serieus deel

uitmaken van het behandelplan. In de medische wereld begint dit inzicht goed door te dringen, maar nog niet alle artsen doen er iets mee.

Het NFtK vindt het belangrijk om zo veel mogelijk mensen over de aanvullende behandelwijzen te informeren. We vragen u of u ons hiermee wilt helpen. We hebben een informatiepakketje met folders beschikbaar. Wellicht dat u deze zou willen verspreiden binnen uw vriendenkring of de vereniging waarbij u bent aangesloten. Of misschien kunnen ze wel op de balie bij uw werk? Helpt u mee aan een langer, beter leven voor mensen met kanker? U kunt het informatiepakket aanvragen bij: info@tegenkanker.nl of 020 530 49 33.

Roots for Moods: kwekers Westland steunen NFtK



V.l.n.r Aad van der Knaap (KP Holland), Lon Claassen (NFtK) en Emiel Barendse (BK Plant)

Roots for Moods heet het label dat enkele kwekers uit het Westland en een specerijenfabrikant hebben bedacht om de *curcuma longa* onder de aandacht te brengen. De *curcuma longa* is een prachtige sierplant die van origine uit het Verre Oosten komt. Hij wordt ook wel de Siamese of Thaise tulp genoemd. Deze kamerplant, die in diverse tinten centra verkrijgbaar is, heeft extravagante, exotische bloemen. Uit de wortels van de *curcuma longa* wordt de specerij kurkuma gewonnen. Deze specerij gebruikt men veel in de oosterse keuken. Je kunt er bijvoorbeeld rijst geel mee kleuren.

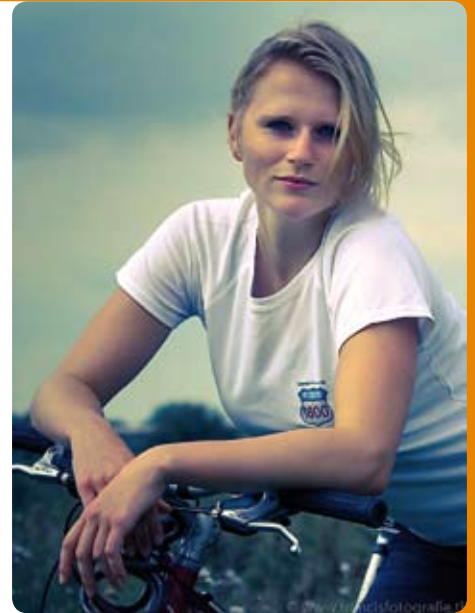
DONATIE

Het meest bijzondere aan deze plant is echter het stofje met de anti-kankerwerking dat erin zit: curcumine. In het Amsterdams Medisch Centrum (AMC) verricht onderzoeker Michal Heger onderzoek naar een behandeltoepassing op basis van curcumine. Het project Roots for Moods staat een deel van de verkoopopbrengst van de *curcuma longa* af voor dit onderzoek. Onlangs ontving het NFtK een bedrag van maar liefst € 1.500,-!



De sponsorfietstocht van Wiepke Engeltjes

In 2013 overlijdt Artje Engeltjes aan borstkanker. Haar dochter, de nu 21-jarige Wiepke, doet iets heel bijzonders met deze ingrijpende gebeurtenis. Ze stapt op de fiets en rijdt 1.800 kilometer om geld op te halen voor onderzoek naar kanker. Dit is het verhaal van haar *Route 1800*.



“Mama loopt mijn slaapkamer binnen en wrijft onrustig over haar borst. Met een brok in haar keel vertelt ze me dat er weer een knobbel in haar borst is gevonden. Mijn mond valt open. ‘Toch niet weer mama,’ zeg ik verdrietig. Mama huilt. ‘Ik wil het ook niet Wiep. Ik wil het niet. Ik wil dit niet nog een keer.’ En op dat moment dat ik haar omhels, haar hoofd op mijn schouder trilt, besef ik dat we weer van vooraf aan beginnen. Mama heeft kanker.”

Dit schrijft Wiepke Engeltjes over het ziekteproces van haar moeder Artje, die in januari 2013 komt te overlijden. Wiepke heeft een foto waarop zij samen met haar moeder staat. Deze foto is gemaakt op de top van een berg in Oostenrijk. Ze besluit ernaartoe te fietsen om zo weer even dicht bij haar moeder te zijn. *Route 1800* is geboren. Een sponsorfietstocht van 1.800 kilometer ten bate van het NFtK. In 2014 deed Wiepke er een kleine twee weken over. Dit jaar reed ze de afstand in negen dagen. Ze haalde € 750,- voor kankeronderzoek op. Wij zeggen: Wiepke, hartstikke bedankt voor je in alle opzichten geweldige prestatie!

Bewegen bij kanker

Blijven bewegen tijdens de kankerbehandeling. Dat is de boodschap van oud-schaatskampioen en emeritus hoogleraar Harm Kuipers (67). Het Amsterdamse Antoni van Leeuwenhoek-ziekenhuis deelt die mening.

‘Belangrijk is dat kankerpatiënten lichamelijk actief zijn.’ Dat betoogt Harm Kuipers, bij wie enkele jaren geleden prostaatcancer werd geconstateerd. De voormalig schaatskampioen, die zelf geneeskunde studeerde, bleef sporten tijdens zijn chemotherapie en bestraling. Hoewel hij zich zeer beroerd voelde, pakte hij zijn fiets. Resultaat: bijwerkingen konden in toom worden gehouden en hij voelde zich al snel beter. Volgens Kuipers hebben chemotherapie en bestraling meer effect als patiënten tijdens hun behandeling blijven bewegen. Hij noemt: ‘Een half uur stevig wandelen of een stuk fietsen in een redelijk tempo.’ Echter, veel patiënten lukt het niet om zelfstandig voldoende te bewegen. Kuipers pleit voor begeleiding.

TRAININGSPROGRAMMA

Harm Kuipers staat niet alleen in zijn visie. Verschillende wetenschappelijke onderzoeken tonen aan dat mensen die tijdens een chemotherapiebehandeling lichamelijk actief blijven daar baat bij hebben. Ook het in kankerbehandeling gespecialiseerde Antoni van Leeuwenhoek-ziekenhuis stelt op zijn website ‘dat mensen die lichamelijk actief blijven tijdens de chemotherapie daar voordelige effecten van ervaren tijdens en na het afronden van de chemotherapie. Het effect is het grootst bij mensen die onder begeleiding trainen.’ Het ziekenhuis biedt een trainingsprogramma op maat aan, dat onder begeleiding van een fysiotherapeut wordt uitgevoerd. Het NFtK juicht deze aanpak van het ziekenhuis van harte toe.



Nog € 19.500,- te gaan

Sinds april van dit jaar is bij het NFtK maar liefst € 20.500,- binnengekomen ten behoeve van het PANFIRE-onderzoek naar alvleesklierkanker. Dat vinden we een indrukwekkend resultaat. We bedanken iedereen die hieraan heeft bijgedragen. In het bijzonder komt dank toe aan de familie Kuijf uit Nieuwkoop. Bij hun diamanten huwelijk werd door de aanwezigen het mooie bedrag van € 1.500,- gedoneerd!

Het PANFIRE-onderzoek aan het VU Medisch Centrum gaat nu zijn laatste fase in. De onderzoekers zijn bezig om conclusies te trekken uit de verzamelde gegevens. Om het onderzoek volledig te kunnen financieren, is nog € 19.500,- nodig. Helpt u ook het laatste stukje mee?

We zijn heel blij met uw gift op rekening
NL92 INGB 0000 207 205
ten name van het **Nationaal Fonds tegen Kanker**
onder vermelding van 'alvleesklierkanker'.

Doel €190.000

Opgehaald

€170.500

PANFIRE
BYNLIBE



Nalaten aan het NFtK

Bij het NFtK maken we het geregeld mee dat we geld ontvangen uit een nalatenschap. Steeds meer mensen vinden dat hun maatschappelijke betrokkenheid niet stopt bij hun overlijden. Ze kiezen ervoor om ons fonds in hun testament op te nemen, om zo na het leven te blijven bijdragen aan kankeronderzoek. Dat is een mooi gebaar.

Nalaten aan een fonds als het NFtK kan op basis van een testament (via de notaris). In het testament kan ervoor worden gekozen om het NFtK tot (mede)erfgenaam te maken of om ons fonds een bedrag of een goed te schenken. Zo'n goed kan bijvoorbeeld een schilderij, een bijzondere verzameling of een huis zijn.

Wilt u meer weten over nalaten aan het NFtK, dan informeren wij u er graag over. Wij zijn telefonisch bereikbaar van maandag tot en met donderdag van 9.30 tot 12.30 uur op nummer 020 530 49 33.

W.G. Plein 187 • 1054 SC Amsterdam • KvK 34113091 • NL92 INGB 0000 207 205 • T 020 530 49 33 • info@tegenkanker.nl • www.tegenkanker.nl

LIKE ONS OP FACEBOOK !



www.facebook.com/tegenkanker.nl

Het Nationaal Fonds tegen Kanker is erkend als instelling voor het Algemeen Nut als bedoeld in artikel 24, lid 4 van de Successiewet 1956.

Deze nieuwsbrief bevat nadrukkelijk geen medische adviezen. De bedoeling van de auteurs is u te informeren over ontwikkelingen op het gebied van kankeronderzoek, behandelwijzen en levensstijlen in relatie tot kanker. Eventuele toepassing dient verantwoord en passend bij de persoon te zijn, en in overleg met een zorgprofessional tot stand te komen. De auteurs kunnen dan ook geen verantwoordelijkheid dragen voor eventuele klachten die voortvloeien uit het opvolgen van een algemene aanbeveling.

