

en beweging in het behandelplan kan bijdragen aan het succes van de algehele behandeling. Bijvoorbeeld bij een chemotherapie treden dan minder bijwerkingen op en de kans is groter dat de kuur helemaal kan worden voltooid.

Geestelijke ondersteuning

Het accepteren van de boodschap 'kanker' en het doorlopen van het verdere medische proces is geen geringe opgave. Voor de patiënt bestaat de mogelijkheid om psychosociale begeleiding te krijgen. De behandelend arts of de huisarts kan hierover meer informatie verstrekken. Op de website van het NFtK leest u er meer over.

Bij specifieke vragen kan het ook zinvol zijn om de patiëntenvereniging te bellen. Daarnaast bieden de diverse inloophuizen in Nederland de mogelijkheid om in een ontspannen omgeving met lotgenoten in contact te treden. Uitwisseling van ervaringen kan helpen bij het ontwikkelen van een eigen manier om met de ziekte om te gaan. Contactgegevens over patiëntenverenigingen en inloophuizen vindt u op de website van het NFtK.

Ons streven

Het NFtK streeft ernaar de kankertzorg in Nederland, die al op een hoog niveau staat, verder te verbeteren. Op basis van inzichten uit wetenschappelijk onderzoek en door middel van voorlichting maken we zichtbaar dat voeding, beweging en welzijn een vaste plaats moeten krijgen binnen het behandelplan. En dat met een duidelijk doel: een langer en beter leven voor mensen met kanker.

Meer informatie

Hebt u vragen naar aanleiding van deze folder, neemt u dan gerust contact met ons op: via info@tegenkanker.nl of telefonisch van maandag t/m donderdag van 9.30 tot 12.30 uur op telefoonnummer 020 530 49 33.

WILT U ONS WERK STEUNEN?

NL92 INGB 0000 207 205

t.n.v. NFtK, Amsterdam

Hartelijk dank voor uw bijdrage.

Voeding • Beweging • Welzijn

- Grotere overlevingskansen
- Betere kwaliteit van leven

Door:

- Voorlichting
- Projecten
- Wetenschappelijk onderzoek

Het Nationaal Fonds tegen Kanker is ingeschreven in het register van de KvK te Amsterdam onder nummer 34113091 en is erkend als instelling voor het Algemeen Nut als bedoeld in artikel 24, lid 4 van de Successiewet 1956.

N.B. De inhoud van deze folder bevat nadrukkelijk geen medische adviezen. De opzet van de auteurs is de lezer voor te lichten over voeding, therapieën en levensstijlen opdat u in overleg met uw arts tot een eventuele toepassing komt, die verantwoord is en bij u past. De auteurs kunnen dan ook geen verantwoordelijkheid dragen voor eventuele klachten die voortvloeien uit het opvolgen van een algemene aanbeveling.



MEER MOGELIJK BIJ DE BEHANDELING VAN LEVERKANKER

Jaarlijks horen zo'n 23.000 mensen van hun behandelend arts dat ze leverkanker hebben. Niet alleen de ziekte, maar ook behandelingen als operatie, bestraling en chemotherapie eisen veel van het lichaam. Hoe beter de fysieke conditie, hoe groter het succes van voorgenoemde behandelingen. In deze NFtK-folder gaan we nader in op het belang van voedings- en bewegingsaspecten bij het behandeltraject van leverkanker.

De lever is een heel belangrijk orgaan

Leverkanker wordt ook wel 'kanker in de lever' genoemd. Deze omschrijving duidt de meest voorkomende variant aan, de secundaire leverkanker. Deze is niet in de lever zelf ontstaan, maar vormt een uitzaaiing vanuit een ander orgaan. De tumorcellen zijn afkomstig uit bijvoorbeeld de dikke darm, de longen of de alvleesklier.



Kanker die in de lever zelf zijn oorsprong heeft, heet primaire leverkanker. Deze vorm komt in Nederland naar verhouding veel minder voor.

De lever bevindt zich aan de rechterkant van ons lichaam. Hij ligt boven in de buikholte, vlak achter de ribben. De lever is een groot orgaan dat tal van functies vervult. Je zou de lever kunnen vergelijken met een fabriekje met een veelheid aan productieprocessen. Zo produceert de



lever eiwitten die belangrijk zijn voor de opbouw van spierweefsel en maakt hij vetten geschikt om als brandstof te dienen. Ook draagt de lever bij aan het op peil houden van onze bloedsuikerspiegel en ruimt hij giftige stoffen in ons bloed op (zoals alcohol en medicijnen). Verder maakt de lever gal aan, waardoor het lichaam vetten beter verteert, en is dit belangrijke orgaan een opslagcentrum voor vitamines en mineralen.

Voeding en beweging onlosmakelijk deel van behandelingsplan

Door zijn belangrijke rol bij de stofwisseling is de lever een cruciale factor in onze fysieke gesteldheid. Is er iets mis met de lever, dan kan de voedingssituatie van de patiënt onder druk komen te staan. Zo'n 50 procent van de mensen met kanker heeft met ondervoeding te maken. Bij leverkanker is de kans op ondervoeding groter dan bij veel andere tumoren. Ondervoeding komt neer op ongewild afvallen

en spierafbraak. Hierdoor treedt verzwakking op. Dit kan de ziekte versnellen en/of zorgen voor complicaties bij de tumorgerichte behandeling. Bij te sterk ondervoede patiënten moet de behandeling soms zelfs worden gestaakt.

Het succes van de behandeling is afhankelijk van de lichamelijke en geestelijke conditie.

Het voorgaande onderstreept de noodzaak van het integreren van een goed voedingsplan bij de algehele behandeling. Als de diagnose leverkanker is gesteld, zou direct een afspraak met een oncologisch diëtist moeten volgen. De praktijk laat zien dat dit nog niet vanzelfsprekend is en de patiënt er in veel gevallen zelf om moet vragen. Eveneens van groot belang is het inschakelen van een bewegingsprofessional, die ervaring heeft in het werken met mensen met kanker. Bewegen of sporten onder begeleiding is, in combinatie met een voedingsplan op maat, dé methode om de voedingssituatie op peil te houden of te verbeteren. Dit maakt de patiënt lichamenlijk en geestelijk weerbaarder in het hele behandeltraject. Onderzoek laat zien dat serieuze aandacht voor voeding

