

## MEER INFORMATIE

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

### Gronings onderzoek

In 2014 presenteerde de Rijksuniversiteit Groningen de resultaten van een onderzoek naar de voedingstoestand van 130 jonge kankerpatiënten over de periode van een jaar. Onderzoekster Aeltsje Brinksma concludeerde dat jeugdige kankerpatiënten met ondervoeding of met overgewicht een slechtere kwaliteit van leven hebben. Ondervoede kinderen en kinderen met gewichtsverlies hebben respectievelijk een slechtere overlevingskans en meer bacteriële infecties. Zij pleit ervoor dat de kankerinstituten in Nederland de voedingsproblematiek extra aandacht geven binnen hun behandeltrajecten. Aan het Universitair Medisch Centrum Groningen, waar Brinksma werkzaam is, ontwikkelt men in het



verlengde van haar onderzoek speciale programma's gericht op adequaat eten en bewegen. Veel informatie in deze folder is ontleend aan het voorgenoemde onderzoek van Aeltsje Brinksma, dat geldt als een van de grootste onderzoeken op dit gebied in de wereld.



NATIONAAL FONDS  
**TEGEN KANKER**

Voeding Beweging Welzijn



**Kinderkanker**

Het belang van voeding en beweging bij de behandeling

### Wilt u ons werk steunen?

We zijn heel blij met uw gift op IBAN-rekening  
**NL92 INGB 0000 207 205**  
t.n.v. het Nationaal Fonds tegen Kanker,  
Amsterdam.

Bij voorbaat hartelijk dank!

### Voeding • Beweging • Welzijn

- Hogere overlevingskansen
- Betere kwaliteit van leven

#### Door:

- Voorlichting
- Projecten
- Wetenschappelijk onderzoek

Het Nationaal Fonds tegen Kanker is ingeschreven in het register van de KvK van 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.



W.G. Plein 187 • 1054 SC Amsterdam • NL92 INGB 0000 207 205  
020 530 49 33 • [info@tegenkanker.nl](mailto:info@tegenkanker.nl) • [www.tegenkanker.nl](http://www.tegenkanker.nl)

Nationaal Fonds **TEGEN KANKER**  
Nieuwsbericht nr. 1 - februari 2015 - jaargang 17

## VOEDING EN BEWEGING BELANGRIJK

*Een kind dat kanker krijgt, verdient de best mogelijke behandeling en ondersteuning. In Nederland hebben we een hoogwaardige kankerzorg, die zich middels chirurgie, chemotherapie en bestraling richt op de aanpak van de ziekte. Meer aandacht voor voedings- en bewegingsaspecten kan de behandeling succesvoller maken en daarmee de levenskwaliteit en overlevingskansen van het kind verbeteren. Een gegeven dat duidelijk uit onderzoek naar voren komt, maar nog niet altijd voldoende toepassing vindt binnen de huidige zorg. Deze folder is bedoeld om ouders van een kind met kanker bekend te maken met dit onderwerp.*

Bij veel kinderen die voor een vorm van kanker worden behandeld, is sprake van een slechte voedingstoestand. Dit probleem wordt niet altijd voldoende meegenomen in de medische zorg. Sommige kinderen raken ondervoed, andere krijgen te maken met overgewicht. Dit heeft nadelige gevolgen voor hun overlevingskansen en levenskwaliteit. Het belang van voedings- en bewegingsprogramma's op maat voor jeugdige kankerpatiënten blijkt groter dan voorheen werd aangenomen.



### ONDERGEWICHT OF OVERGEWICHT

Kinderen die voor kanker worden behandeld, kunnen hun eetlust verliezen. Ze voelen zich te ziek, het eten

smaakt niet meer. Met als gevolg dat ze vermageren. Zo'n ondervoedingstoestand vergroot de kans op complicaties. Er kunnen eerder infecties optreden, alsook nadelige bijwerkingen van de behandeling. Uit wetenschappelijk onderzoek komt naar voren dat jeugdige kankerpatiënten met ondergewicht niet alleen een slechtere kwaliteit van leven hebben, maar ook een geringere kans op overleving dan lotgenoten die wél op gewicht blijven.



Bij jeugdige kankerpatiënten komt ook overgewicht voor. Er is dan sprake van een ongewenste gewichtstoename. Hierbij speelt een aantal factoren een rol. Allereerst is er vaak een verminderde lichaamsactiviteit. Door de ziekte en de behandeling doet het kind minder aan beweging. Een andere factor is de medicatie. Bepaalde kankermedicijnen werken gewichtstoename in de hand. Ook sondevoeding, in combinatie met een gebrek aan beweging, kan leiden tot overgewicht. Zeker wanneer deze voeding net iets langer wordt gegeven dan strikt noodzakelijk is.

Conclusie: ondervoeding en overgewicht zijn zeer ongewenste ontwikkelingen. Een kind kan zich onder deze omstandigheden nog veel zeker gaan voelen. Daarbij lopen te zware kinderen die kanker overleven op volwassen leeftijd een groter risico op hart- en vaatziekten en diabetes.

## ADVIEZEN

Belangrijk bij het tegengaan van een slechte voedings- toestand bij jeugdige kankerpatiënten is het stimuleren en aanbieden van beweging, alsook het creatief inspelen op wat een kind graag eet én wat gezond is. Dit is natuurlijk makkelijker gezegd dan gedaan. Kinderen met kanker beschikken over minder energie en hebben vaak gewoonweg nergens trek in.

Het NfTK adviseert ouders om in een vroeg stadium van de behandeling in gesprek te gaan met de behandelend arts over deze voedings- en bewegingsproblematiek. Sommige ziekenhuizen bieden de mogelijkheid om een in kankerzorg gespecialiseerde diëtist en/of fysiotherapeut bij het behandelprogramma te betrekken. Als zorgverleners in nauwe samenwerking met de ouders en het kind een voedings- en bewegingsprogramma op maat opzetten, kan dat waardevol voor de behandeling zijn.

### Voorlichting

Het NfTK doet veel aan publieksvoorlichting. Onder meer via de website [www.tegenkanker.nl](http://www.tegenkanker.nl) en door middel van folders en nieuwsbrieven. We geven bekendheid aan de mogelijkheden die er nu al zijn op het gebied van aanvullende kankerzorg in Nederland. Daarnaast staan we mensen met vragen over behandelwijzen telefonisch te woord. We geven geen medische adviezen, maar we bieden wél algemene voorlichting en we verwijzen door.

Hebt u vragen of wilt u donateur worden, dan kunt u ons bereiken op [info@tegenkanker.nl](mailto:info@tegenkanker.nl) of telefonisch van maandag t/m donderdag van 9.30 tot 12.30 uur op telefoonnummer 020 530 49 33.