

**ONDER EMBARGO TOT 3 oktober 6.00u**

Utrecht, donderdag 3 oktober 2024  
Persbericht

## **Leefstijl bij kanker leeft onder patiënten, maar wordt niet altijd besproken**

NFK pleit voor meer aandacht voor leefstijl bij kankerbehandeling

**Zeven op de tien mensen met kanker heeft behoefte aan informatie over leefstijl, maar in het ziekenhuis wordt bij kankerbehandelingen lang niet altijd over leefstijl gesproken. Dit blijkt uit de Doneer Je Ervaring-peiling van de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK) onder 5539 mensen die kanker hebben of hebben gehad.**

### **Patiënt heeft behoefte aan gesprek over leefstijl**

In de peiling stonden zes leefstijlonderwerpen centraal: beweging, voeding, roken, alcohol, slaap en ontspanning. Zeven op de tien respondenten wilde ten minste één leefstijlonderwerp bespreken met een zorgverlener in het ziekenhuis, en dan vooral beweging, voeding en ontspanning. Echter, de relatie tussen leefstijl en kankerbehandelingen wordt lang niet altijd besproken in het ziekenhuis. Zo gaf 44% aan dat het belang van een gezonde leefstijl bij kankerbehandelingen niet is besproken.

### **Wens: leefstijl bespreken vóór start behandeling**

Van de respondenten die hierover een mening hebben, vinden de meesten dat de arts (63%) of de verpleegkundige (56%) het gesprek over leefstijl moet beginnen. Een respondent geeft aan: "Je bent in het begin zo overdonderd door al het nieuws en de afwegingen. Belangrijk dat een arts/verpleegkundige ruimte maakt om leefstijl te bespreken." Wat betreft het juiste moment om leefstijl te bespreken, wil de helft van de respondenten die dit wilde bespreken dit vóór de start van de behandeling. Echter, dit gebeurde slechts bij 36% van hen. Lieke Visser, belangenbehartiger Zorggerelateerde Preventie bij NFK geeft aan: "Het merendeel van de mensen met kanker is geïnteresseerd in het bespreken van bepaalde leefstijlonderwerpen met de zorgprofessional in het ziekenhuis. Wij zien dan ook graag dat zorgprofessionals aandacht hebben voor leefstijl bij (de) kanker(behandeling). Ook kunnen zij een eventuele ongezonde leefstijl bij de patiënt signaleren en de patiënt motiveren hier iets aan te doen. Waar nodig kan worden verwezen naar leefstijlprogramma's, de fysiotherapeut of diëtist."

### **Hulp draagt bij aan veranderen leefstijl**

Ruim driekwart (77%) van de respondenten heeft geprobeerd iets te doen of te veranderen aan zijn of haar leefstijl bij kanker, wat laat zien dat patiënten bereid zijn hun leefstijl aan te passen. Voeding (57%) en beweging (69%) waren de belangrijkste thema's. Redenen die worden gegeven zijn de conditie op peil willen houden en op gewicht willen blijven. Volgens Ellen Kampman, professor Nutrition and Disease aan Wageningen University, is dat een mooie uitkomst. Ze geeft aan: 'Een gezonde voeding en leefstijl zijn belangrijk om zo optimaal mogelijk door het traject van de kankerbehandeling te komen'.

De peiling laat zien dat wanneer respondenten hulp of ondersteuning kregen bij beweging, voeding, slaap en ontspanning, zij vaker aangeven dat het is gelukt om iets te doen of te veranderen, dan degenen die geen hulp kregen. Volgens respondenten zorgen aanpassingen in leefstijl ervoor dat de behandeling of het herstel daarvan voorspoediger verloopt. “Ik heb hulp gekregen van een diëtist in het ziekenhuis, omdat ik door de behandeling en bijwerkingen afviel. De diëtist heeft mij tips en adviezen gegeven om op gewicht te blijven zodat ik de behandeling af kon maken,” aldus een respondent.

### **Patiënt gaat zelf op zoek naar informatie**

Bijna driekwart zoekt zelf naar informatie over één of meerdere leefstijlonderwerpen en dan vooral naar beweging (63%), voeding (59%) en ontspanning (47%). Een kleine meerderheid van de respondenten die informatie vond, had daadwerkelijk iets aan deze informatie. De meest gebruikte bron is kanker.nl, gevolgd door de website of het informatiecentrum van het ziekenhuis. NFK vindt het belangrijk dat er op een toegankelijke manier betrouwbare en bruikbare informatie over de verschillende leefstijlonderwerpen te vinden is op internet en via het ziekenhuis. “Informatie die vertelt wat de patiënt zelf aan leefstijl kan doen en waar hij/zij terecht kan voor de juiste hulp en ondersteuning. Vanuit de peiling weten we dat goede informatie mensen handvatten biedt om tijdens een onzekere tijd in het ziekteproces zelf iets te kunnen doen en het gevoel van regie (terug) te krijgen,” geeft Lieke Visser aan.

### **Leefstijl leeft**

De peiling maakt duidelijk dat het thema leefstijl bij kanker leeft. “Daarbij zien we dat bij de mensen die hun diagnose in de afgelopen vijf jaar kregen, leefstijl vaker besproken werd, dan bij mensen die eerder gediagnosticeerd zijn. Bij deze groep vond dat gesprek ook vaker plaats tussen diagnose en start van de behandeling. Dit is een positieve ontwikkeling en we hopen dat dit verder doorzet”, aldus Visser.

In samenwerking met KWF zet NFK zich in voor het toegankelijker maken van een breed en betrouwbaar zorgaanbod rondom leefstijl. Daarvoor werkt NFK ook samen met de Coalitie Leefstijl in de Zorg, die zich sinds 2023 inzet om leefstijl een integraal onderdeel te maken van de curatieve zorg. Zij vraagt aandacht voor het gewoner en makkelijker maken van leefstijl in de spreekkamer zowel voor patiënten als professionals.

## **EINDE PERSBERICHT**

### **Noot voor de redactie - niet ter publicatie:**

Voor meer informatie kunnen media contact opnemen met Femke Ter Horst, persvoorlichter van NFK op 06-33816715 of [communicatie@nfk.nl](mailto:communicatie@nfk.nl).

Belangenbehartiger Lieke Visser is namens NFK beschikbaar voor een inhoudelijke toelichting. Op verzoek is een ervaringsdeskundige bereid zijn/haar ervaringen te delen.

De volledige rapportage is hier te downloaden: <https://nfk.nl/inzichten/doneer-je-ervaring-peilingen/jouw-manier-van-leven-en-kanker-wat-is-jouw-ervaring>

### **Over NFK**

De Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK) is de koepel van 21

kankerpatiëntenorganisaties. Elke kankerpatiëntenorganisatie maakt zich sterk voor patiënten met (een) bepaalde vorm(en) van kanker of de gevolgen daarvan. De koepel behartigt de algemene belangen en ondersteunt de lidorganisaties. Samen komen wij op voor de belangen van álle mensen die kanker hebben (gehad), hun naasten en mensen met een erfelijke aanleg voor kanker. [www.nfk.nl](http://www.nfk.nl)

### **Over Doneer Je Ervaring**

Doneer Je Ervaring is het panel van en voor kankerpatiënten. Een peilingsinstrument waarmee NFK en de 21 aangesloten kankerpatiëntenorganisaties via online vragenlijsten ervaringen, behoeften en meningen ophalen van mensen die kanker hebben (gehad). De uitkomsten van de peilingen worden gebruikt om de kwaliteit van leven en zorg voor mensen met kanker te verbeteren. Zo maken de kankerpatiëntenorganisaties zich sterk voor de ruim 900.000 kankerpatiënten in Nederland. [www.doneerjeervaring.nl](http://www.doneerjeervaring.nl)