

Nieuw Leefstijlroer voor mensen met kanker: praktisch hulpmiddel voor meer grip tijdens en na behandeling

Utrecht, 20 april 2026 – Op initiatief van de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK) lanceren de Vereniging Arts & Leefstijl en Stichting kanker.nl het Leefstijlroer bij kanker. Dit praktische hulpmiddel is speciaal ontwikkeld voor mensen met en na kanker. Het biedt zorgprofessionals de juiste handvatten voor het voeren van een effectief leefstijlgesprek in de spreekkamer.

Het nieuwe Leefstijlroer bij kanker is het directe resultaat van de Doneer Je Ervaring-peiling die NFK in 2024 uitvoerde onder ruim 5.500 (ex-)kankerpatiënten. Daaruit blijkt dat 70% minstens één leefstijlonderwerp zou willen bespreken met een zorgverlener. Toch wordt het gesprek met de zorgverlener niet altijd gevoerd. Bijna 75% gaat zelf op zoek naar informatie over leefstijl. Online-informatie wordt niet altijd als bruikbaar ervaren en mensen weten lang niet altijd waar zij terecht kunnen voor hulp.

Het Leefstijlroer bij kanker biedt zorgprofessionals handvatten om het leefstijlgesprek te voeren in de spreekkamer. Tegelijkertijd krijgen mensen die leven met en na kanker hiermee een praktisch en overzichtelijk hulpmiddel dat inzicht biedt in wat zij zélf kunnen doen op het gebied van voeding, beweging, slaap en andere leefstijlthema's.

“Je bent vaak zo overweldigd dat je niet aan leefstijl denkt. Als het Leefstijlroer zichtbaar op het bureau ligt, nodigt het uit om erover te praten. Dat maakt de drempel lager en geeft overzicht. Het helpt ook om zelf regie te voelen, in een periode waarin je hoofd al vol is”, zegt een patiënt die meedeed aan de gebruikerstest voorafgaand aan de lancering.

Verdiepende patiëntinformatie toegankelijk op kanker.nl

De inhoud van het Leefstijlroer bij kanker is gebaseerd op het 'Compendium Leefstijl en Kanker' van Vereniging Arts en Leefstijl. Stichting kanker.nl heeft deze informatie vertaald naar toegankelijke patiëntinformatie specifiek voor mensen die leven met en na kanker; [het online informatiedossier 'Gezond leven met en na kanker \(leefstijl\)'](#). Via een QR-code op het Leefstijlroer worden gebruikers direct verwezen naar deze informatie. Zo krijgen mensen die leven met en na kanker toegang tot betrouwbare, begrijpelijke en wetenschappelijk onderbouwde informatie.

Geaccrediteerd webinar voor zorgprofessionals

Om zorgprofessionals te ondersteunen bij het gebruik van het Leefstijlroer bij kanker, organiseert de Vereniging Arts & Leefstijl op 20 mei a.s. [een geaccrediteerd webinar](#). Het Leefstijlroer bij kanker is als PDF te downloaden op [kanker.nl](#) en [de website van Vereniging Arts & Leefstijl](#). Daarnaast is het Leefstijlroer bij kanker binnenkort ook

als scheurblok beschikbaar via de webshop van Vereniging Arts & Leefstijl, geschikt voor gebruik in de spreekkamer.

Met dit initiatief zetten NFK, Stichting kanker.nl en Vereniging Arts & Leefstijl een belangrijke stap in het versterken van eigen regie en passende ondersteuning voor de inmiddels ruim 900.000 mensen die in Nederland leven met en na kanker. Het Leefstijlroer bij kanker is mogelijk gemaakt door financiering vanuit de Coalitie Leefstijl in de Zorg.

Noot voor de redactie (niet voor publicatie):

Voor meer informatie kunnen media contact opnemen met:

NFK: Sandra Leenhouts via 06-33816715 of communicatie@nfk.nl

Stichting kanker.nl: Annemaret Bouwman via pers@kanker.nl

Vereniging Arts & Leefstijl: Ilona Zuurmond via communicatie@artsenleefstijl.nl

Over NFK

De Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK) is de koepel van 22 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

De volledige rapportage van de Doneer Je Ervaring-peiling "Jouw manier van leven en kanker, wat is jouw ervaring?" is [hier](#) te downloaden.

Over kanker.nl

Kanker.nl is hét online platform in Nederland met betrouwbare en begrijpelijke informatie over kanker. We zijn er voor iedereen die met kanker te maken krijgt: (ex-)patiënten en ook hun naasten. Je kunt er terecht voor informatie, hulp, ondersteuning, ervaringsverhalen en contact met lotgenoten.

Het platform bestaat sinds 2013 en wordt beheerd en ontwikkeld door Stichting kanker.nl. Kanker.nl is een initiatief van KWF Kankerbestrijding, de Nederlandse Federatie van Kankerpatiëntenorganisaties (NFK) en het Integraal Kankercentrum Nederland (IKNL).

Over Vereniging Arts & Leefstijl

Vereniging Arts en Leefstijl is de autoriteit in het vertalen van wetenschappelijk onderbouwde leefstijlgeneeskunde naar de praktijk voor zorgprofessionals. Met geaccrediteerde scholingen bieden we zorgprofessionals kennis, vaardigheden en tools om mensen met gezondheidsproblemen te begeleiden naar een gezonde leefstijl. Dit maakt deel uit van passende en duurzame zorg: een win-win-win voor patiënt, zorgprofessional én planeet.