



**WELKOM!**

# Oefentherapeutische begeleiding van de (ex)kankerpatiënt

**WORKSHOP OEFENTHERAPIE**

**13 APRIL 2019**

## EVEN VOORSTELLEN...

- Alumnus Lianne Jager, Oefentherapeut (Bsc)
- Kitty Jacobs, docent Oefentherapie (Bsc)
- Annemarie Hulst-Waal, docent Oefentherapie (Msc).

## DOELEN

Na deze workshop:

- kent u de mogelijkheden van de (1e lijns) oefentherapeut om mentale en fysieke ondersteuning te bieden aan (ex)kankerpatiënten.
- kunt u het Oefentherapeutisch Diagnostiek en Interventie Model toepassen bij een hulpvraag van een (ex)kankerpatiënt.
- heeft u interventies ervaren gericht op de optimalisatie van coping bij (ex)kankerpatiënten.

# INHOUD

**Opening**

**Over de streep**

**Oefentherapie Café**

**Casus**

**Interventies**

**Wrap-up**

**Afsluiting**

State of the art

Kennis en inzicht over oncologische revalidatie

Kennismaking en uitwisselen van ervaring

Toepassen Oefentherapeutisch Diagnostiek en Interventie Model (ODIM) bij een hulpvraag van een (ex)kankerpatiënt.

Zelf doen, zien, doorvoelen en oordelen: interventies gericht op de optimalisatie van coping.

Bestendigen van nieuwe inzichten.

Save the date alumni-events!

# OPENING: STATE OF THE ART

In 2018 is in Nederland ongeveer 116.537 keer de diagnose kanker gesteld.

Kanker komt relatief meer voor op latere leeftijd, in 2018 was 43% van alle nieuwe diagnoses gesteld bij mensen tussen de 60 en 75 jaar.

In de leeftijd 30-60 komt kanker meer bij vrouwen voor na de 60 komt het weer vaker bij mannen voor.<sup>1 2</sup> Tot 2020 zal het aantal mensen dat kanker heeft of de ziekte heeft overleefd waarschijnlijk toenemen van ongeveer 419.000 in 2009 tot circa 666.0000 in 2020.<sup>3</sup>

Na behandeling doormiddel van chemotherapie en / of bestraling kunnen er (chronische) langetermijngevolgen overblijven. De meest voorkomende langetermijngevolgen zijn; osteoporose, cognitiestoornissen en concentratiestoornissen, gehoorschade, hartschade, nierschade, menstruatiestoornissen, neuropathieën, fertiliteitsproblemen, seksuele stoornissen, vervroegde overgang, pijnlijke en stijve spieren en (chronische) vermoeidheid<sup>4 5</sup>.



# STATE OF THE ART

- Cramp, F., & Byron-Daniel, J. (2012). Exercise for the management of cancer-related fatigue in adults. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 11, CD006145. doi:10.1002/14651858.CD006145.pub3
- Moll, C. C. A. van, Schep, G., Vreugdenhil, A., Savelberg, H. H., & Husson, O. (2016). The effect of training during treatment with chemotherapy on muscle strength and endurance capacity: A systematic review. *Acta Oncologica*, 55(5), 539-546. doi:10.3109/0284186X.2015.1127414
- Mugele, H., Freitag, N., Wilhelmi, J., Yang, Y., Cheng, S., Bloch, W., & Schumann, M. (2019). High-intensity interval training in the therapy and aftercare of cancer patients: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Cancer Survivorship : Research and Practice*, 1-19. doi:10.1007/s11764-019-00743-3
- Mustian, K. M., Alfano, C. M., Heckler, C., Kleckner, A. S., Kleckner, I. R., Leach, C. R. & Miller, S. M. (2017). Comparison of pharmaceutical, psychological, and exercise treatments for cancer-related fatigue: A meta-analysis. *JAMA Oncology*, 3(7), 961-968. doi:10.1001/jamaoncol.2016.6914
- Schmidt, M. E., Wiskemann, J., Armbrust, P., Schneeweiss, A., Ulrich, C. M., & Steindorf, K. (2015). Effects of resistance exercise on fatigue and quality of life in breast cancer patients undergoing adjuvant chemotherapy: A randomized controlled trial. *International Journal of Cancer*, 137(2), 471-480. doi:10.1002/ijc.29383

# OVER DE STREEP!

Interactief

Stellingen



# OEFENTHERAPIE CAFÉ

Interactief delen van ervaringen in het werkveld.

Kennismakingsvragen gerelateerd aan het thema van de dag/  
onderwerp van de workshop.

# CASUS

- Toepassen Oefentherapeutisch Diagnostiek en Interventie Model (ODIM) bij een hulpvraag van een (ex)kankerpatiënt.



# PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

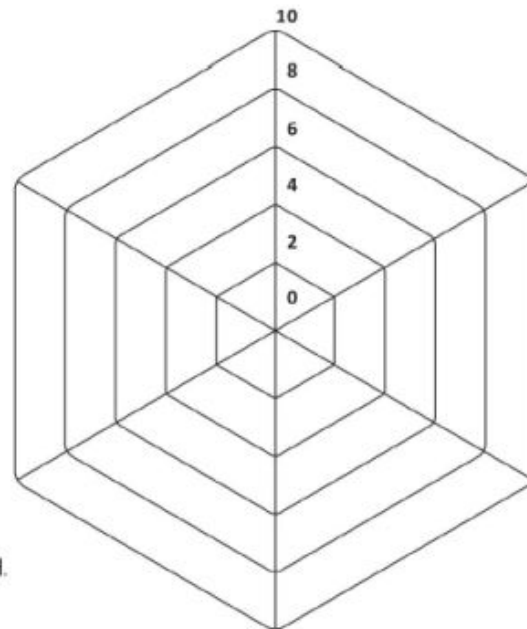
- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werkvermogen
- Health literacy



- Sociale en communicatieve vaardigheden
- Sociale contacten
- Betekenisvolle relaties
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk



- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie



- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement/eigen regie
- Veerkracht/resilience & SOC



- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief ervaren
- Acceptatie



- Welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust/balans

# INTERVENTIES: OPTIMALISATIE VAN COPING

Vanuit richtlijn:

- Inzicht krijgen in en grip krijgen op de factoren die de klachten (zoals bijv. vermoeidheid) veroorzaken/ verergeren
- Leren omgaan met nieuw perspectief (existentiele coping)
- Leren omgaan met fysieke grenzen en beperkingen.
- Nieuw emotioneel evenwicht bereiken
- Functioneel omgaan met ziekte en beperkingen (optimalisatie van coping)

*ZELF DOEN, ZIEN, DOORVOELEN EN OORDELEN!*

interventies (incl. evidentie) gericht op de optimalisatie van coping.

# WRAP-UP

Bestendigen van nieuwe inzichten.

Brainstorm

Sterktes, Zwaktes, Bedreigingen en Kansen!

Terugkoppeling aan elkaar

# BRONNENLIJST

1. Volksgezondheidszorg.info. Kanker cijfers en context. 2019; Beschikbaar via: <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/kanker/cijfers-context/huidige-situatie#node-aantal-nieuwe-gevallen-van-kanker>. Geraadpleegd op 28 februari, 2019.
2. Nederlandse Kankerregistratie (, Integraal Kankercentrum Nederland (. Incidentie kanker 2018. 2019; Beschikbaar via: [https://www.cijfersoverkanker.nl/selecties/incidentie\\_kanker\\_totaal/img5c597a7436f2d](https://www.cijfersoverkanker.nl/selecties/incidentie_kanker_totaal/img5c597a7436f2d). Geraadpleegd op 28 februari, 2019.
3. Meulepas J, Kiemeneij L. Rapport kanker in Nederland tot 2020. KWF kankerbestrijding, Vereniging van Integrale Kanker centra (VIKC) 2011 september.
4. Baars JW, Koenen A, Gils I, Berenschot HWA, Houwer H, Bekkers RL. langetermijngevolgen chemotherapie. 2016; Beschikbaar via: <https://www.kanker.nl/soorten-behandelingen/chemotherapie/gevolgen/langetermijngevolgen-van-chemotherapie>. Geraadpleegd op 28 februari, 2019.
5. Lips IM, Incrocci L, Van de Ven S. gevolgen van bestraling. 2018; Beschikbaar via: <https://www.kanker.nl/soorten-behandelingen/bestraling/gevolgen/gevolgen-van-bestraling>. Geraadpleegd op 28 februari, 2019.



# SAVE THE DATE

- Aankondiging komende alumni evenementen



BEDANKT VOOR JULLIE BIJDRAGE EN  
TOT HET VOLGENDE ALUMNI-EVENT!