

# Behandelwijzer DCIS

Vorstadium van borstkanker

[www.nwz.nl](http://www.nwz.nl)



Noordwest  
Ziekenhuisgroep

# Inhoud

<b>1. Waarom deze behandelwijzer?</b>	<b>4</b>
<b>2. Borstkliniek</b>	<b>5</b>
<b>De hoofdbehandelaar</b>	<b>7</b>
<b>3. Contactgegevens mammacare-team</b>	<b>10</b>
<b>4. Pagina voor uw eigen aantekeningen</b>	<b>11</b>
<b>5. Behandeling van DCIS</b>	<b>13</b>
<b>6. Welke behandeling past het beste bij mij?</b>	<b>17</b>
<b>7. Informatie over uw behandeling</b>	<b>19</b>
<b>8. Nazorg</b>	<b>20</b>
<b>9. Erfelijkheid</b>	<b>21</b>
<b>10. Websites</b>	<b>22</b>
<b>11. Extra lichamelijke en psychosociale zorg</b>	<b>23</b>
<b>12. De Lastmeter</b>	<b>27</b>
<b>13. Extra informatie</b>	<b>30</b>
<b>14. Vergoeding vervoer</b>	<b>32</b>
<b>15. Wetenschappelijk onderzoek</b>	<b>33</b>

**Eigendom van:**

Naam .....

Geboortedatum .....

Adres .....

Postcode plaats .....

Telefoonnummer .....

Bij ongeval waarschuwen .....

.....

.....

Bij verlies wordt de vinder dringend verzocht contact op te nemen met de eigenaar van dit boekje.

## ■ 1. Waarom deze behandelwijzer?

U wordt behandeld voor DCIS. Dit staat voor Ductaal Carcinoom in Situ, een voorstadium van borstkanker. Om u zo volledig mogelijk te informeren over uw behandeling is deze behandelwijzer samengesteld. De behandelwijzer is een aanvulling op het gesprek met uw specialist of andere zorgverleners. U krijgt van hen veel informatie over uw ziekte en de behandeling: u kunt met dit boekje de informatie nog eens rustig nalezen.

### **Uw vragen**

In deze behandelwijzer kunt u zelf ook aantekeningen maken en uw vragen opschrijven in hoofdstuk 4.

### **Het gebruik**

Het is de bedoeling dat u uw persoonlijke gegevens invult.

## ■ 2. Borstkliniek

U wordt onderzocht en mogelijk behandeld door verschillende artsen en verpleegkundigen in de borstkliniek van Noordwest Oncologisch Centrum. Deze zorgverleners zijn gespecialiseerd in de diagnose, behandeling en begeleiding van patiënten met goed- of kwaadaardige afwijkingen van de borst of de verdenking daarvan. Zij vormen samen het mammacare-team van Noordwest Ziekenhuisgroep. De medische term voor borst is mamma, vandaar deze naam.

### **Mammacare-team**

Het mammacare-team bestaat uit artsen en verpleegkundigen die gespecialiseerd zijn in onderzoek naar en behandeling van afwijkingen in de borst. Het team bestaat uit:

- chirurgen op locatie Alkmaar en Den Helder en werken samen met hun collega's in het Rode Kruis Ziekenhuis in Beverwijk
- verpleegkundig specialisten en verpleegkundig consulent mammacare/casemanager
- radiologen, nucleair geneeskundigen, internist-oncologen, radiotherapeuten en plastisch chirurgen. Met welke van deze zorgverleners u te maken, hangt af van wat in uw geval nodig is

Alle zorgverleners van het mammacare-team werken nauw met elkaar samen.

Wilt u weten welke zorgverleners bij de borstkliniek werken, de foto van hen zien en wat hun achtergrond is? Kijk dan op [www.nwz.nl/borstkliniek](http://www.nwz.nl/borstkliniek).

### **De chirurg**

De chirurg bespreekt welke onderzoeken en/of behandelingen nodig zijn. De chirurg die het eerst beschikbaar is, voert de operatie in principe uit. U kunt ook uw voorkeur voor een bepaalde chirurg aangeven. Het kan zijn dat u dan wat langer moet wachten op de behandeling.

## **Verpleegkundig consultant/specialist mammacare**

Er zijn diverse functies voor verpleegkundigen, elk met hun eigen bevoegdheden en taken. Wij noemen ze in dit boekje verpleegkundig consultant/specialist mammacare. Hieronder vindt u uitleg over de diverse functies:

- verpleegkundig specialist. Dit is een verpleegkundige die zich heeft gespecialiseerd in medische taken op het gebied van borstproblemen
- in Den Helder is een van hen uw vaste aanspreekpunt gedurende uw behandeling. U en uw naaste(n) kunnen bij haar terecht voor informatie over uw diagnose, behandeling en nazorg. Zo nodig verwijst zij u door naar andere zorgverleners van het mammacare-team.

Op locatie Alkmaar doet de verpleegkundig specialist de controles/follow up na uw behandeling

- verpleegkundig consultant mammacare/casemanager. Dit is een verpleegkundige speciaal voor opvang en begeleiding van patiënten met kanker. Op locatie Alkmaar werken verpleegkundig consultants mammacare/casemanagers. Eén van hen is uw vaste aanspreekpunt en coördineert uw zorgtraject. U en uw naaste(n) kunnen bij haar terecht voor informatie over uw diagnose, behandeling en nazorg. Zij werken nauw samen en vervangen elkaar bij afwezigheid. Zo nodig verwijst zij u door naar andere zorgverleners van het mammacare-team
- oncologieverpleegkundige. Dit is een verpleegkundige voor de opvang en begeleiding van patiënten met kanker tijdens de dagbehandeling of opname. Op de chirurgische afdelingen zijn sommige chirurgische verpleegkundigen ook gespecialiseerd in de oncologie. Voor specifieke oncologische vragen kan de patiënt tijdens de opname bij hen terecht. Tijdens de opname meet de oncologieverpleegkundige ook de tijdelijke prothese aan

## **Verpleegkundig consultant mammacare**

Sandra Biskanter

Rieneke van Dijk

Ellen Rooker

Anita Schrijver

Romy Brugman

### **Verpleegkundig specialisten Alkmaar**

Eva Buisman

Barbara Spaansen

Irma de Keulenaar

Sammy Smit

### **Verpleegkundig specialisten Den Helder**

Barbara Spaansen

Marije Blom

## **■ De hoofdbehandelaar**

Er is altijd 1 arts eindverantwoordelijk voor uw behandeling. Dit is de arts die het meeste van uw behandeling weet. We noemen dit uw hoofdbehandelaar.

### **Wie is uw hoofdbehandelaar?**

U heeft in elke fase van de behandeling een andere hoofdbehandelaar. Zo is de chirurg bij een operatie de hoofdbehandelaar, de radiotherapeut bij een bestra-  
lingsbehandeling en de internist-oncoloog bij chemotherapie en/of hormonale  
therapie. U kunt in dit overzicht zien wie uw hoofdbehandelaar is:

- **mamma/oncologisch chirurg:**

mevr. G.A Gooiker

mevr A. Bosman

dhr. N. Harlaar

dhr. J. de Jong

dhr. A.M.F. Lopes Cardozo

dhr. R. Mollema

mevr. G.R.H.M. Moorman

- **radiotherapeut-oncoloog:**

dhr. R. Donker

dhr. R.J.J. Knol

mevr. P.H. Spruit

dhr. M.A de Korte

dhr. H. van der Heide





- **plastisch chirurgen:**

mevr. W. Ten Doeschate

dhr. R.L. Huisinga

mevr. J.M. Werkman

Twijfelt u wie uw hoofdbehandelaar is? Vraag dit dan na bij uw verpleegkundig consulent/specialist mammacare of tijdens uw eerstvolgende afspraak op de polikliniek.

### ■ 3. Contactgegevens mammacare-team

Afhankelijk op welke locatie u onder behandeling bent, neemt u voor vragen contact op met de borstkliniek:

- op **locatie Alkmaar** is deze te bereiken op werkdagen van 08:30 tot 16:30 uur op telefoon 072- 548 4160. U kunt ons ook mailen: [borstkliniek@nwz.nl](mailto:borstkliniek@nwz.nl). Buiten kantooruren mag u bij acute problemen contact opnemen met de spoedeisende hulp op 072 - 548 2488.
- op **locatie Den Helder** is deze te bereiken op werkdagen van 08:30 tot 16:30 uur, telefoon 0223 - 61 1650. U kunt ons ook mailen: [borstkliniek-denhelder@nwz.nl](mailto:borstkliniek-denhelder@nwz.nl). Buiten kantooruren mag u bij acute problemen contact opnemen met de spoedeisende hulp via telefoonnummer 0223 - 69 6661

**Heeft u klachten die niets te maken hebben met uw behandeling van DCIS in Noordwest? Neem dan contact op met uw huisarts.**

### ■ 4. Pagina voor uw eigen aantekeningen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





A series of 20 horizontal dotted lines for writing.

## ■ 5. Behandeling van DCIS

### Onderzoek en behandeling bij DCIS

U wordt behandeld voor DCIS. De zorgverleners van het mammacare-team hebben u al veel uitleg gegeven over de ziekte en mogelijke behandelingen. In deze behandelwijzer staan de belangrijkste zaken nog een keer op een rij.

De behandeling kan voor elke patiënt verschillend zijn omdat deze van een aantal factoren afhankelijk is. Uw behandelend chirurg en verpleegkundig consultant/specialist mammacare informeren u uitgebreid over uw behandeling die voor u het meest geschikt is. Zij overleggen dit met u. Aanvullende schriftelijke informatie over de behandeling die voor u geldt, krijgt u van hen. U kunt die informatie achter in deze behandelwijzer bewaren.

### **DCIS: voorstadium van borstkanker**

DCIS (ductaal carcinoma in situ) is het voorstadium van borstkanker. DCIS is een vermeerdering van kwaadaardige cellen in de melkgangen van de borst. DCIS kan zich over de hele borst uitstrekken, maar kan ook klein zijn. Soms voelen de melkgangen hard en stug aan. Maar in ruim 80% van alle gevallen is niets te voelen.

### **DCIS wel of niet behandelen?**

Als er DCIS graad 1-2 geconstateerd is, dan is er een grote kans dat deze vorm van DCIS nooit zal uitgroeien tot borstkanker. Daarom is er in 2017 een groot wetenschappelijk onderzoek gestart: de LORD studie. Hierin worden vrouwen met DCIS graad 1-2 (die daarvoor in aanmerking komen en dit willen) vergeleken, of zij zonder operatie en regelmatig gecontroleerd te worden net zo goed af zijn als vrouwen die de standaardbehandeling (operatie met of zonder bestraling) krijgen. Mocht in de toekomst uit dit onderzoek blijken dat opereren en bestralen niet meer nodig is, dan bespaart dit de patiënt een intensieve behandeling. Mocht u voor dit onderzoek in aanmerking komen, dan bespreekt de arts dit met u. Lees eventueel meer over het wetenschappelijk onderzoek naar de behandeling bij DCIS op [kanker.nl](http://kanker.nl) Heeft uw vragen over wat dit betekent in uw eigen situatie, bespreek dit dan met uw arts of verpleegkundig consultant/specialist mammacare.

### **DCIS kan zich mogelijk ontwikkelen tot borstkanker**

DCIS kan zich vroeger of later ontwikkelen tot borstkanker. Borstkanker kan in het omliggende weefsel doorgroeien. Wanneer DCIS zich eventueel ontwikkelt tot borstkanker is niet bekend. Dit kan 5 maanden, maar ook wel 5 jaar duren.

### **Hoe wordt DCIS ontdekt?**

Vaak wordt DCIS via een röntgenfoto van de borst (mammografie) ontdekt, bijvoorbeeld bij het Bevolkings Onderzoek Borstkanker (BOB). Bij DCIS zijn kalkspatjes (micro-calcificaties) op de mammografie te zien. Er bestaan ook goedaardige kalkspatjes. De diagnose wordt gesteld na weefselonderzoek door de patholoog. Voor dit onderzoek wordt met een zogenoemde biopsie een heel klein stukje weefsel (biopt) uit de borst weggenomen.

## Vormen van DCIS

Er zijn 3 vormen van DCIS:

- graad 1, goed gedifferentieerd DCIS: de cellen zijn afwijkend maar lijken nog goed op de oorspronkelijke cellen
- graad 2, matig gedifferentieerd DCIS: een vorm die te afwijkend is voor graad 1, maar te weinig afwijkend voor graad 3
- graad 3, weinig of slecht gedifferentieerd DCIS: de cellen zijn afwijkend en lijken nauwelijks meer op de oorspronkelijke cellen

## Behandeling van DCIS

DCIS is geen borstkanker, maar wordt veelal wel net als borstkanker behandeld. Er is meestal een operatie nodig om het gebied met DCIS weg te halen. Afhankelijk van de grootte van dit gebied en de grootte van uw borst is in overleg met uw arts een van de volgende operaties mogelijk:

- borstsparende operatie gevolgd door radiotherapie
- borstampuatie
- borstampuatie met gelijktijdige reconstructie

### **Meerdere disciplines betrokken**

Er zijn bij uw behandeling meerdere specialismen betrokken. Dus kunnen naast de chirurg ook een radioloog, een internist, een radiotherapeut, plastische chirurg, een patholoog en nog vele andere zorgverleners betrokken zijn. Alle onderzoeken en uitslagen worden dagelijks in het multidisciplinair overleg besproken, waaraan de verschillende specialismen deelnemen.

### **Uw behandeling is maatwerk**

Afhankelijk van de uitslagen van uw onderzoeken en eventueel de operatie bepaalt de behandelend specialist wat op dat moment de beste behandeling voor u is. Het kan dus zijn dat uw behandeling tijdens het behandeltraject wordt aangepast. Dit is afhankelijk van de uitslagen van de onderzoeken en eventueel de operatie. U krijgt hier van uw arts uitleg over. Om een goede keuze te maken, kunt u - als dit voor u van toepassing is - een online keuzehulp ontvangen via de mail. In het volgende hoofdstuk 'Welke behandeling past het beste bij mij' vindt u hierover meer informatie.

Twijfelt u over uw behandeling, bespreek dit dan met uw specialist of huisarts. U hoeft niet met een behandeling te beginnen als u dat niet wilt. U heeft altijd het recht om te kiezen en u beslist uiteindelijk zelf. Onafhankelijk van uw beslissing, kunt u altijd rekenen op de beste medische zorg.



## ■ 6. Welke behandeling past het beste bij mij?

Aan elke behandeling zitten voor- en nadelen. Welke behandeling voor u het beste is, hangt af van uw persoonlijke situatie. Om u en uw zorgverlener te helpen met het kiezen van de voor u beste behandeling, maken wij gebruik van een online keuzehulp.

### **Wat is een keuzehulp?**

Een keuzehulp zet informatie op een overzichtelijke en begrijpelijke manier op een rij. De keuzehulp geeft:

- meer informatie over de diagnose
- de behandelmogelijkheden en de voor- en nadelen per behandeling
- uw persoonlijke voorkeuren

### **Waarom een keuzehulp?**

Ieder persoon is uniek. We vinden het belangrijk dat u samen met uw zorgverlener kunt beslissen welke behandeling het beste bij u past. Door de keuzehulp in te vullen krijgen u en uw zorgverlener meer inzicht in uw persoonlijke situatie en voorkeuren. Dit zorgt ervoor dat u beter geïnformeerd bent en samen met uw zorgverlener een behandeling kunt kiezen die het beste bij u past. Daarnaast kunt u alle informatie nog eens rustig nalezen en eventueel bespreken met uw naasten.

### **Hoe werkt een keuzehulp?**

U ontvangt een e-mail met een link naar de keuzehulp. De keuzehulp bestaat uit een aantal stappen. Als alle stappen zijn ingevuld, ontvangt u een samenvatting van uw antwoorden. Deze samenvatting kunt u nog eens nalezen voor uw volgende afspraak. Uw zorgverlener ontvangt automatisch de samenvatting. Op deze manier kunt u beiden goed voorbereid het gesprek aangaan en samen beslissen welke behandeling voor u het beste is.

### **Wanneer moet ik de keuzehulp invullen?**

Vul, wanneer dit mogelijk is, uiterlijk 2 werkdagen voor uw afspraak de keuzehulp in.

## **Veelgestelde vragen**

### **Ik heb geen computer, hoe kan ik de keuzehulp invullen?**

Mogelijk kan een naaste uw helpen bij het invullen van de keuzehulp.

### **Ik heb al een keuze gemaakt. Moet ik dan alsnog de keuzehulp invullen?**

De keuzehulp geeft informatie over de behandelmogelijkheden. Ook mogelijkheden waar u eerder misschien nog niet over gehoord had. Heeft u al een keuze gemaakt? Dan kunt u nog eens nalezen wat u van de behandeling kunt verwachten.

### **Ik vertrouw erop dat mijn arts weet wat het beste voor mij is.**

#### **Waarom moet ik dan de keuzehulp invullen?**

Uw arts heeft veel medische kennis. Maar iedere patiënt is anders. Welke behandeling het beste bij u past hangt af van uw situatie en voorkeuren. Het is belangrijk om na te denken waar uw voorkeur naar uit gaat.

### **Is het invullen van de keuzehulp verplicht?**

Wij adviseren u de keuzehulp in te vullen, maar dit is niet verplicht.

## ■ 7. Informatie over uw behandeling

Uw behandelend chirurg, verpleegkundig consulent/specialist mammacare informeren u uitgebreid over de behandeling die voor u het meest geschikt lijkt. Zij overleggen dit ook met u. Aanvullende schriftelijke informatie over de behandeling die voor u geldt, krijgt u van hen. U kunt die informatie achter dit blad bewaren.

## ■ 8. Nazorg

Na uw behandeling staat u onder controle. In het eerste jaar wordt u 1 keer per 3 maanden gecontroleerd. In het tweede jaar is dit om de 6 maanden, en vervolgens komt u jaarlijks voor controle. Na 5 jaar worden de controles overgenomen door het bevolkingsonderzoek, als u niet ouder bent dan 75 jaar. Natuurlijk kan het aantal controles worden afgestemd op uw behoeftes.

Afhankelijk van uw behandeling controleert de chirurg, verpleegkundig consultant/specialist mammacare of radiotherapeut u. Deze laatste doet alleen controles als u ook bent bestraald.

U krijgt een schema van de verpleegkundig consultant/specialist mammacare wanneer de controles moeten plaatsvinden.

Voor vragen of klachten tussen de controles door kunt u altijd contact opnemen met een verpleegkundig consultant/specialist mammacare. Zij zijn telefonisch bereikbaar, en u kunt na het maken van een afspraak altijd bij hen terecht. U vindt de telefoonnummers in hoofdstuk 3 van deze behandelwijzer.

## ■ 9. Erfelijkheid

Bij 1 op 7 vrouwen wordt in Nederland borstkanker/DCIS vastgesteld. Meestal is de oorzaak van borstkanker/DCIS niet duidelijk. Soms komt (borst) kanker/DCIS toevallig voor bij meerdere familieleden, soms is er sprake van een erfelijke aanleg voor borstkanker/DCIS. Aanwijzingen voor erfelijke aanleg van borstkanker kunnen bijvoorbeeld zijn:

- borstkanker/DCIS op jonge leeftijd
- borstkanker/DCIS bij meerdere familieleden
- meerdere tumoren in één borst of in beide borsten
- de combinatie van borst- en of eierstokkanker in één familie en borstkanker bij een man

Of er bij u mogelijk sprake kan zijn van een erfelijke aanleg voor borstkanker bespreekt de specialist met u. Dan vertelt die u ook of er DNA onderzoek noodzakelijk is. Mocht erfelijkheidsonderzoek raadzaam zijn bij u, dan kunt u via de specialist of verpleegkundig consulent/specialist mammacare s hiervoor een verwijzing krijgen naar de klinisch genetica.

## ■ 10. Websites

Op onderstaande websites kunt u meer informatie vinden over (borst)kanker/DCIS:

- Borstkankervereniging Nederland, [www.borstkanker.nl](http://www.borstkanker.nl)
- algemene informatie over kanker/DCIS: [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl)
- voor allerlei vragen over kanker/DCIS kunt u terecht bij kanker.nl infolijn: [www.kanker.nl/infolijn](http://www.kanker.nl/infolijn)
- informatie over richtlijnen bij de behandeling voor de verschillende soorten kanker/DCIS: [www.iknl.nl](http://www.iknl.nl) en [www.kwf.nl](http://www.kwf.nl)
- uitleg medische termen, zie [www.borstkanker.nl](http://www.borstkanker.nl) en zoek op 'woordenlijst'
- een website waarbij patiënten hun ervaringen met de zorg met elkaar delen. De website kan u informatie geven om te kunnen kiezen welke zorgverlener/organisatie bij u past: [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)
- Monitor Borstkankerzorg, dit is een patiëntenwijzer die informatie geeft om te kiezen welk ziekenhuis het beste bij u past: [www.nfk.nl](http://www.nfk.nl) en ga naar patiëntenwijzers
- informatie over borstkanker/DCIS bij mannen: [www.mannenmetborstkanker.nl](http://www.mannenmetborstkanker.nl)
- informatie over behandeling borstkanker in Noordwest Ziekenhuisgroep: [www.nwz.nl/borstkliniek](http://www.nwz.nl/borstkliniek)
- informatie over oncologische behandeling in Noordwest Ziekenhuisgroep: [www.oncologie.nwz.nl](http://www.oncologie.nwz.nl)

## ■ 11. Extra lichamelijke en psychosociale zorg

Behandeling van DCIS kan lichamelijk en emotioneel aangrijpend zijn. Ook op sociaal of spiritueel gebied kunnen er problemen zijn. Het is dan belangrijk te weten bij wie u met uw vragen en problemen terecht kunt. Over het algemeen kan de verpleegkundig consulent/specialist mammacare u daarbij ondersteunen. Soms is er meer hulp nodig. Hieronder vindt u meer informatie.

### **Lastmeter**

Uw specialist of verpleegkundige kan u vragen om de lastmeter in te vullen. De lastmeter is een hulpmiddel om te kijken of u klachten heeft en zo ja, welke klachten. De antwoorden die u hierop aangeeft, worden meteen met u besproken. Als het noodzakelijk en/of gewenst is, kan er een vervolgesprek worden aangeboden. Ook kan de specialist of verpleegkundig consulent/specialist mammacare u doorverwijzen naar een hulpverlener.

*Meer informatie vindt u op [www.lastmeter.nl](http://www.lastmeter.nl) en in hoofdstuk 12.*

### **Medisch maatschappelijk werk (MMW)**

Het MMW biedt hulp aan patiënten en hun naasten bij het hanteren van de ziekte, de ziekenhuisopname en de medische behandeling. Hij/zij richt zich op het verminderen van spanningen en het verbeteren van het algeheel welbevinden van de patiënt en diens naasten.

In een gesprek met de medisch maatschappelijk werker bespreekt u welke vragen, gedachten of zorgen u heeft. Hierbij kunt u denken aan: Wat belemmert mij in het omgaan met de ziekte? Wat betekent de ziekte voor mijn relatie(s)? Hoe worden spanningen weer hanteerbaar? Hoe krijg ik mijn zelfvertrouwen terug? Hoe houd ik de regie over mijn leven of het gezin? Welke afwegingen kan ik maken en welke keuzes zijn voor mij belangrijk? Wat zijn de gevolgen voor mijn werk? De maatschappelijk werker stelt met u gezamenlijk vast wat het beste bij u past om een nieuwe balans te vinden in uw leven. Niet alleen u, maar ook uw partner, kinderen of naasten kunnen een beroep doen op het maatschappelijk werk.

## **(Klinisch-)psycholoog**

Als er een mogelijke samenhang bestaat tussen lichamelijke en psychische klachten, kan de psycholoog worden ingeschakeld. In een aantal gesprekken worden uw problemen in kaart gebracht en wordt u hulp geboden om uw klachten te verminderen. Deze kunnen te maken hebben met onder andere verwerking, stemming, uw zelfbeeld, seksualiteit, het (veranderde) uiterlijk of bijvoorbeeld hervatten van werk en taken.

## **Geestelijk verzorger**

Hij/zij begeleidt mensen op het gebied van zingeving en levensvragen (schuld, hoop, toekomst, afhankelijkheid, geloofsvragen).

*Meer informatie vindt u op [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl).*

## **Fysiotherapie, sport en beweging**

Sporten en bewegen tijdens en na de behandelingen van kanker/DCIS, kunnen een positief effect hebben op uw herstel en welbevinden. Dit is gebleken uit onderzoek. Elke vorm van bewegen is goed voor uw conditie. Conditie en kracht blijven beter op peil en vermoeidheidsklachten kunnen minder worden. Ook leert u omgaan met eventuele lichamelijke beperkingen. U kunt op elk gewenst moment tijdens de behandeling zelf aan de slag. Soms is het prettig of nodig dat u sport onder begeleiding of in groepsverband.

## **Bewegen onder begeleiding of in groepsverband**

In het Netwerk Oncologische Zorg kunt u bij gespecialiseerde fysiotherapeuten terecht. Meer informatie vindt u op:

- [www.nwz.nl/nazorgwijzer](http://www.nwz.nl/nazorgwijzer)
- [www.netwerkoncologischezorg.nl](http://www.netwerkoncologischezorg.nl)

Informeer bij uw zorgverzekeraar naar de vergoedingen van de behandeling. Het is mogelijk dat u hiervoor een verwijzing nodig heeft. Dit kan de verpleegkundig consulent/mammacare voor u regelen.



## **Pijncentrum Noordwest**

De behandeling van borstkanker kan soms pijnklachten veroorzaken. De behandeling tegen de pijn kan op verschillende manieren plaatsvinden. Soms is hierbij de expertise van het pijncentrum nodig. Hier werken verschillende specialisten samen met als doel de pijn te verminderen.

Voor meer informatie zie [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl).

## **Lotgenotencontact**

Het kan prettig zijn uw ervaringen te delen met een lotgenoot, die weet wat het betekent om kanker te hebben. En die uit ervaring u praktische informatie en tips kan geven. Heeft u behoefte aan contact met lotgenoten? Er zijn diverse organisaties waar u hiervoor terecht kan.

## **Inloophuizen**

Inloophuizen kunt u altijd terecht voor lotgenotencontact. Verder organiseren de inloophuizen diverse activiteiten. In onze regio zijn 3 inloophuizen:

- Stichting Inloophuis Den Helder e.o.  
Voor meer informatie, zie [www.inloophuisdenhelder.nl](http://www.inloophuisdenhelder.nl)
- 't Praethuys Alkmaar  
Voor meer informatie, zie [www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl)
- Inloophuis Pisa in Hoorn  
Voor meer informatie, zie [www.inloophuispisa.nl](http://www.inloophuispisa.nl)

Alle inloophuizen organiseren regelmatig activiteiten voor mensen met kanker/ DCIS, zoals themabijeenkomsten. Kijk voor meer informatie op de website van het inloophuis.

## **Borstkanker Vereniging Nederland (BVN)**

BVN is de patiëntenorganisatie die onder andere lotgenotencontact biedt en voorlichting geeft. Meer informatie vindt u op [www.borstkanker.nl](http://www.borstkanker.nl).

## Aan het werk

Werk kan afleiding geven en dat kan een positieve invloed hebben op uw herstel. Als het mogelijk is, blijft u dan werken. Kijk wat u wel en niet kan en hoeveel uur u kunt werken. Zorg in ieder geval dat u contact houdt met het werk. Houd uw leidinggevende op de hoogte van uw situatie en neem contact op met uw bedrijfsarts. Wanneer u vastloopt en u ondersteuning nodig heeft, kan mogelijk het medisch maatschappelijk werk hierin ondersteunen of adviseren. Ook zijn er andere organisaties die zich bezighouden met ziekte en werk:

- **Stap Nu** is een organisatie die zich bezighoudt met re-integratie. Iedereen kan ondersteuning krijgen. Als u wilt blijven werken tijdens de behandeling, of weer wilt gaan werken maar niet weet hoe te beginnen. Ook als u al aan de slag bent en u ervaart toch nog de gevolgen van de behandelingen, kunt u begeleiding aanvragen bij deze organisatie.

Meer weten? Kijk op [www.stap.nu](http://www.stap.nu)

- **Re-turn** is een organisatie die de werknemer met kanker en zijn werkgever ondersteunt. Deze organisatie werkt met een gericht, persoonlijk advies.

Meer weten? Kijk op [www.re-turn.nl](http://www.re-turn.nl)

- **Kanker en werk** geeft informatie aan werkgever, ondernemer en HR professional over hoe om te gaan met een medewerker die kanker/DCIS krijgt. Deze organisatie biedt ondersteuning, advies en informatie voor het begeleiden van medewerkers met kanker.

Meer informatie vindt u op [www.kankerenwerk.nl](http://www.kankerenwerk.nl)

## Nog meer informatie

Voor een uitgebreid overzicht van bovenstaande mogelijkheden en nog meer informatie over bijvoorbeeld uiterlijke verzorging, werkherhvatting en re-integratie, kinderen en ouders vindt u op: [www.nwz.nl/nazorgwijzer](http://www.nwz.nl/nazorgwijzer).

## ■ 12. De Lastmeter

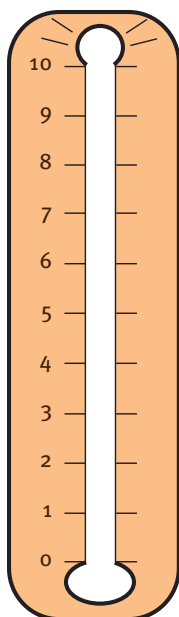
Invuldatum: ..... - ..... - ..... (dag-maand-jaar)

### Hoeveel last hebt u van problemen, klachten, zorgen?

Vul eerst onderstaande thermometer in.

Omcirkel het nummer op onderstaande thermometer dat het best samenvat hoeveel last u de afgelopen week (inclusief vandaag) hebt gehad op lichamelijk, emotioneel, sociaal en praktisch gebied.

#### Thermometer



10 = extreem veel last



0 = helemaal geen last

© IKNO 2008

## Probleemlijst

Wilt u voor onderstaande gebieden aangeven of u de afgelopen week (inclusief vandaag) hier moeite mee hebt gehad of problemen bij hebt ervaren. Wilt u elke vraag beantwoorden?

ja nee **Praktische problemen**

- zorg voor kinderen
- wonen / huisvesting
- huishouden
- vervoer
- werk / school / studie
- financiën
- verzekering

ja nee **Gezins- / sociale problemen**

- omgang met partner
- omgang met kinderen
- omgang met familie / vrienden

ja nee **Emotionele problemen**

- greep hebben op emoties
- herinneren van dingen
- zelfvertrouwen
- angsten
- neerslachtigheid /  
somberheid
- spanning
- eenzaamheid
- concentratie
- schuldgevoel
- controleverlies

ja nee **Religieuze/spirituele problemen**

- zin van het leven /  
levensbeschouwing
- vertrouwen in God / geloof

ja nee **Lichamelijke problemen**

- uiterlijk
- veranderde urine – uitscheiding
- verstopping / obstipatie

ja nee **Lichamelijke problemen (vervolg)**

- diarree
- eten
- opgezwollen gevoel
- koorts
- mondslijmvlies
- misselijkheid
- droge, verstopte neus
- pijn
- seksualiteit
- droge, jeukerige huid
- slaap
- benauwdheid
- duizeligheid
- praten
- smaakvermogen
- veranderingen in gewicht
- tintelingen in handen / voeten
- wassen / aankleden
- dagelijkse bezigheden
- moeheid
- conditie
- spierkracht

Zou u met een deskundige willen praten over uw problemen?

- ja     misschien     nee

**Andere problemen**

.....

.....

## ■ 13. Extra informatie

### Registratie van kanker: van groot belang

Wetenschappelijk onderzoek is belangrijk om in de toekomst kanker te voorkomen en de behandeling te verbeteren. Daarvoor hebben wij gegevens nodig van mensen die nu kanker hebben. Het Integraal Kankercentrum Nederland verzamelt deze gegevens in de Nederlandse Kankerregistratie. Onderzoekers kunnen alleen gegevens opvragen uit deze registratie zonder dat uw gegevens herkenbaar voor hen zijn. Mocht u bezwaren hebben tegen deze registratie dan kunt u dit schriftelijk kenbaar maken via:

- e-mail, [fg@iknl.nl](mailto:fg@iknl.nl)
- een brief naar Integraal Kankercentrum Nederland  
t.a.v. functionaris gegevensbescherming  
Postbus 19079  
3501 DB Utrecht

*Meer informatie over dit onderwerp vindt u in de IKNL-folder 'Registratie van kanker'. Deze folder ligt in het folderrek van de diverse afdelingen van de oncologie. U vindt de folder ook op [www.nwz.nl/wetenschaponcologie](http://www.nwz.nl/wetenschaponcologie)*

*Voor meer informatie over de verwerking van uw gegevens verwijzen we naar de privacyverklaring van Noordwest, [www.nwz.nl/privacy](http://www.nwz.nl/privacy).*

### Themabijeenkomsten

Noordwest ziekenhuisgroep organiseert jaarlijks themabijeenkomsten over diverse onderwerpen rondom kanker. Deze bijeenkomsten worden gehouden in Alkmaar en in Den Helder op een locatie buiten Noordwest Ziekenhuisgroep. De bijeenkomsten zijn in de ochtend, middag of avond. Dat hangt van de locatie af.

Tijdens deze bijeenkomsten staat telkens een ander onderwerp centraal. Een deskundige geeft een inleiding. Daarna is er gelegenheid om vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen. De bijeenkomsten worden begeleid door een oncologie(wijk)verpleegkundige. Het minimum aantal deelnemers is 8 personen. Het maximum aantal deelnemers is tot 25. Deelname is gratis, maar u moet zich wel van te voren aanmelden.

### **Themamiddagen locatie Alkmaar**

Deze themamiddagen worden meestal op de tweede dinsdag van de maand gehouden van 14:00 tot 16:00 uur in inloophuis 't Praethuys, Westerweg 50, 1815DG Alkmaar. Voor aanmelden, vragen en informatie:

[www.praethuys.nl](http://www.praethuys.nl) of [www.nwz.nl/agenda](http://www.nwz.nl/agenda).

### **Themaochtenden- en avonden locatie Den Helder**

Deze themabijeenkomsten worden gehouden in het inloophuis Den Helder, Marsdiepstraat 621a (HOC gebouw), 1784 AM Den Helder.

Tijdstip:

- ochtend van 10:00 tot 12:00 uur
- avond van 19:30 tot 21:30 uur

Voor aanmelden, vragen, informatie: [www.inloophuisdenhelder.nl](http://www.inloophuisdenhelder.nl) of [www.nwz.nl/agenda](http://www.nwz.nl/agenda).

### **Meer informatie over Noordwest?**

Op de website [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl) vindt u informatie over Noordwest Ziekenhuisgroep.

### **Heeft u klachten?**

Heeft u een klacht? Dan willen we die graag oplossen. U kunt uw klacht eerst bespreken met de betrokkene(n). Als u er samen niet uitkomt, kunt u voor bemiddeling ook terecht bij de klachtenfunctionaris.

*Meer informatie vindt u in de folder 'Een klacht, laat het ons weten'. U vindt deze folder in het folderrek bij de ingangen. Of kijk op [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl).*

## ■ 14. Vergoeding vervoer

Om in aanmerking te komen voor vergoeding van de vervoerskosten, neemt u contact op met uw zorgverzekering. U kunt dit telefonisch of online doen. Als u hiervoor een formulier moet invullen, dan stuurt de zorgverzekering dit naar u op. Uw zorgverzekering bepaalt of u uw vervoerskosten krijgt vergoed.



## ■ 15. Wetenschappelijk onderzoek

Door vroege opsporing en betere behandel mogelijkheden is de kans op overleving sterk verbeterd. Toch is kanker in Nederland nog steeds de belangrijkste doodsoorzaak. Meer wetenschappelijk onderzoek naar nieuwe behandelingen van DCIS/kanker is daarom nog steeds nodig. Noordwest doet mee aan vele verschillende onderzoeken en trials wat betreft de nieuwste ontwikkelingen. Het kan zijn dat uw behandelend arts vraagt of u wilt meedoen aan wetenschappelijk onderzoek. Een researchverpleegkundige informeert en begeleidt patiënten die meedoen aan onderzoek. Meer informatie over wetenschappelijk onderzoek vindt u op [www.nwz.nl/wetenschap](http://www.nwz.nl/wetenschap). Op [www.kanker.nl](http://www.kanker.nl) kunt u een overzicht vinden van de actuele onderzoeken in Nederland.

## ■ Notices

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

[www.nwz.nl](http://www.nwz.nl)

**tel** 072 - 548 4444

## Colofon

Redactie oncologie-chirurgie-borstkanker  
communicatie

Druk Ricoh

Bestelnummer 256009

*Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie [www.nwz.nl](http://www.nwz.nl)*