

FASES die jij doorloopt bij gynaecologische kanker



'Ik leef nu
nog intenser
en stel nauwelijks
iets uit.'

Janna

FASES die jij doorloopt bij gynaecologische kanker

Deze folder geeft inzicht in het proces dat veel vrouwen doormaken als zij een vorm van gynaecologische kanker krijgen. We laten zien waar je mee te maken kunt krijgen vanaf het moment dat je een diagnose 'gynaecologische kanker' krijgt. Wat staat je te wachten en wat doet het met je? Want kanker en de gevolgen kunnen veel impact hebben.

Er zijn verschillende vormen van gynaecologische kanker, met elk hun specifieke behandelingen. Toch ervaren veel vrouwen een vergelijkbaar proces. Daarom hebben we dit op een rijtje gezet, zodat jij kunt lezen wat er mogelijk op jouw pad kan komen. En je hiermee voorbereid bent op wat je de komende periode kunt verwachten.

Loop je ergens tegen aan? Vraag dan hulp of zoek een luisterend oor. Dat kan bij familie of vrienden, maar ook bij de Olijflijn. Praten met vrouwen die hetzelfde meemaken of hebben meegemaakt kan veel herkenning en rust geven. Kijk hiernaast wat de mogelijkheden zijn voor contact met Olijf.



'Ik leef veel
bewuster, maar
ben wel minder
onbevangen.'

Jolanda

CONTACT met Olijf

Heb je een vraag, wil je je hart luchten of heb je behoefte aan contact met iemand die herkent wat jij doormaakt? Maak dan gebruik van ons lotgenoten-contact! Je kunt ons bellen, mailen of een WhatsApp sturen. We zijn 7 dagen per week bereikbaar.



BEL DE OLIJFLIJN OP 020-303 92 92

Onze vrijwilligers zijn allemaal ervaringsdeskundigen en zitten 6 dagen per week klaar om naar jouw verhaal te luisteren of je vragen te beantwoorden.

LOTGENOTENCONTACT PER WHATSAPP

Je kunt ons ook een WhatsApp sturen op nummer 020- 303 92 92.



LOTGENOTENCONTACT PER MAIL

Wil je je vraag liever per mail stellen?
Stuur dan je bericht naar: lotgenoten@olijf.nl

Scan de QR code voor meer info:



FASE 1

Diagnose

- Je hebt gehoord van de arts dat je een vorm van gynaecologische kanker hebt.
- De behandelend arts geeft je uitleg en informatie over het traject dat gaat volgen.

WAT DOET HET MET JE?

- Als je hoort dat je kanker hebt, dan is dat vaak een enorme schok. Je hele leven staan in één klap op z'n kop.
- In deze fase ervaren veel vrouwen stress en angst. Om zichzelf, maar ook om hun omgeving.
- Veel vrouwen denken: 'ik heb kanker, dus ik ga dood'. Een begrijpelijke eerste gedachte, maar kanker kan vaak worden behandeld.
- Na het horen van de diagnose kom je in een overlevingsmodus. Je bent bereid om alle mogelijke behandelingen aan te grijpen om te genezen.

WAT KUN JE DOEN?

- Lees de informatie over jouw behandelingen die je krijgt van je arts. Of kijk op Olijf.nl voor informatie. Vraag om meer uitleg als je iets niet begrijpt. Het is normaal dat je niet alles onthoudt van het gesprek met je arts.
- Via www.kanker.nl/gesprekshulp kun je eenvoudig je gesprek met je arts opnemen, zodat je thuis kunt naluisteren hoe je behandeling eruit gaat zien en wat er nog meer gezegd is. Geef vooraf wel aan dat je het gesprek opneemt.
- Bekijk de 23 tips folder van Olijf om het gesprek met je arts voor te bereiden.
- Neem een familielid of vriend(in) mee naar het gesprek met je arts. Twee horen meer dan één.
- Heb je twijfels of vraag je je af of er nog andere behandelmogelijkheden zijn? Dan kun je een second opinion overwegen in een ander ziekenhuis.

FASE 2

Behandeling

- Jouw behandeling kan bijvoorbeeld bestaan uit een operatie, chemotherapie of bestraling, of een combinatie hiervan. Ook andere behandelingen zijn mogelijk. Je arts of verpleegkundige bespreekt wat er gaat gebeuren, in welke volgorde, hoe lang je behandeling duurt, en hoe lang jouw ziekenhuisopname is.

WAT DOET HET MET JE?

- Aan het begin van je behandeling voel je je lichamelijk meestal nog goed, afhankelijk van de behandeling die je krijgt.
- Wanneer je bent geopereerd moet je meestal een periode herstellen, eerst in het ziekenhuis en daarna thuis. De meeste vrouwen knappen van de operatie lichamelijk goed op.
- Krijg je chemotherapie of bestraling, dan kun je je juist steeds zieker voelen als je verder in je behandeling komt. Het lichamelijke herstel na deze behandelingen is voor iedereen anders.

WAT KUN JE DOEN?

- Je hoeft het niet alleen te doen. Praat met je verpleegkundige en vertel wat je bezighoudt en wat je klachten zijn. Je kunt ook contact opnemen met Olijf. Zowel de verpleegkundige als de vrijwilligers van Olijf weten wat je doormaakt en kunnen jou tips geven om door deze fase heen te komen.
- Heb je vragen of wil je meer uitleg? Stel je vragen aan je arts of verpleegkundige en blijf er niet mee zitten.
- De beslissing over de beste behandeling voor jou maak je samen met je arts. Bespreek het ook met je arts als je ervoor kiest om je niet meer te laten behandelen.



FASE 3

Na je behandelingen

- De ene vrouw is na een operatie weer snel thuis en kan werken aan haar herstel, de ander heeft dan wellicht nog een heel traject van chemotherapie, bestralingen of andere behandelingen voor zich. Veel vrouwen ervaren de kracht om door te gaan en de hoop dat de kanker weg is.
- Behandelingen zijn vaak een aanslag op je fysieke conditie en het heeft tijd nodig om hiervan te herstellen. Een oncologisch revalidatietraject kan hierbij helpen.
- Vaak ervaren vrouwen dat 'de psychische klap' later komt. Je bent eerst bezig om zo snel mogelijk het behandeltraject in te gaan. Pas als je daarvan enigszins opknapt realiseer je je wat er allemaal is gebeurd. Dat moet een plek krijgen.
- Veel vrouwen ervaren vanaf deze fase ook angst voor terugkeer van de kanker.

WAT DOET HET MET JE?

- Er zijn veel verschillende klachten die je kunt krijgen als gevolg van je behandelingen. De meest voorkomende zijn: blaas- en darmklachten, lymfoedeem, seksuele problemen of enorme vermoeidheid. Sommige klachten kunnen na verloop van tijd afnemen, andere klachten blijven helaas nog lange tijd aanwezig.
- Klachten als neuropathie, ovulatie-/cystepijn, hormonale veranderingen, vroegtijdige overgang, gehoorstoornis of evenwichtstoornis kunnen lang aanhouden of blijvend zijn.
- Al deze klachten bij elkaar noemen we 'late gevolgen' van gynaecologische kanker. Op Olijf.nl onder 'Leven met/na kanker' vind je hierover meer informatie.

WAT KUN JE DOEN?

- Bespreek je lichamelijke klachten met je behandelend arts en laat je zo nodig doorverwijzen naar een specialist op dat gebied.
- De vrijwilligers van Olijf kunnen je ook helpen bij het omgaan met deze late gevolgen.
- Helaas zijn er ook vrouwen die na hun behandelingen moeten leren omgaan met het feit dat zij niet meer beter worden of met hun naderend levenseinde. Op Olijf.nl/laatste-levensfase vind je hierover meer informatie.

FASE 4

Na je herstelperiode of al eerder

Met de behandelingen en de revalidatie alleen ben je er vaak niet. Er is veel gebeurd en dat kan een grote impact hebben op de rest van je leven:

- Kun je terugvallen op een partner of andere naaste?
- Wanneer je een partner hebt: hoe is jullie relatie na deze heftige gebeurtenis?
- Kun je weer aan het werk? Hoe gaat je werkgever met jou en je ziekte om? Zijn er mogelijkheden voor re-integratie? Of moet je andere afspraken maken?
- Krijg je te maken met verzekeringsartsen, omdat je arbeidsongeschikt wordt verklaard?
- Heeft jouw ziekte financiële gevolgen voor je? Misschien tijdelijk door hoge kosten of op de lange termijn door een inkomensdaling?
- Kun je in je huidige woning blijven wonen? Zijn aanpassingen nodig, en kan dat?

WAT DOET HET MET JE?

- Wat kun je nog wel? Ben je redelijk 'de oude' geworden of blijf je veel last houden van klachten als gevolg van de behandelingen?
- Hoe pak je je leven weer op na alles wat er is gebeurd?
- Hoe vul je je leven in als je weet dat je niet meer beter wordt?

WAT KUN JE DOEN?

- Neem contact op met de vrijwilligers van Olijf. Zij kunnen je op weg helpen of een luisterend oor bieden.
- Kijk op Olijf.nl bij 'Leven met/na kanker' waar je terecht kunt met vragen over werk en over verzekeringen. Hier vind je ook informatie over verschillende late gevolgen.
- Maak je je zorgen om blijvende klachten, neem dan contact op met je huisarts of eventueel het ziekenhuis als je nog onder controle bent.
- Probeer nieuwe hobby's te zoeken die passen bij je interesses en die je lichamelijk aankunt.
- Wanneer je niet meer beter wordt kun je met je huisarts of behandelend arts bespreken wat je wensen zijn en wat je nodig hebt.



OLIJF

Is er voor jou!

De diagnose gynaecologische kanker zet je wereld op z'n kop. Je moet je door een wirwar aan vragen, emoties en onzekerheden worstelen. Maar je staat er niet alleen voor: Olijf, netwerk voor vrouwen met gynaecologische kanker, helpt je graag.

Leven met gynaecologische kanker roept veel vragen op. Welke behandelingen zijn er mogelijk? Welke gevolgen heeft het voor mijn seksleven? Kan ik nog kinderen krijgen? Olijf helpt je bij deze en andere vragen. Op onze website [Olijf.nl](https://olijf.nl) staat veel (praktische) informatie over de verschillende vormen van gynaecologische kanker en hun behandelingen. Je vindt er ook informatie over mogelijke gevolgen, zoals verandering in seksualiteit, blaas- en darmklachten en de overgang.

ERVARINGEN DELEN

Olijf brengt vrouwen met elkaar in contact om hun ervaringen en kennis te delen en zo grip te krijgen of te houden op hun leven en zorg. Op onze website en in de gespreksgroepen op [Kanker.nl](https://kanker.nl) kun je ervaringen en tips van andere vrouwen lezen. Uiteraard kun je ook jouw verhaal delen.

PERSOONLIJK CONTACT

Wil je graag in contact komen met onze vrijwilligers? Dat kan! Kijk binnenin deze folder welke mogelijkheden we bieden.

BELANGENBEHARTIGING

Olijf wil de kwaliteit van zorg en leven van vrouwen met gynaecologische kanker verbeteren. Daarom bevordert Olijf de samenwerking tussen onderzoekers, zorgverleners, beleidsmakers en (ex-) patiënten.

Om deze vrouwen draait het. Dus laten we onze stem op veel plaatsen horen. Zo verbeteren we beleid, denken we mee over onderzoek en meten we kwaliteit van zorg. Ook zijn we regelmatig aanwezig bij nascholing van zorgverleners om ons verhaal te vertellen.

DIT IS WAT OLIJF DOET VOOR JOU:

- maakt gynaecologische kanker bespreekbaar
- geeft informatie zodat je grip houdt op je zorg en leven
- brengt lotgenoten samen voor het uitwisselen van ervaringen
- bevordert de samenwerking tussen patiënten en professionals
- behartigt belangen bij overheden en andere instanties

OLIJF.NL

Steun ons werk en word donateur



Zo kunnen wij nog meer vrouwen helpen. Je bent al donateur voor € 25,- per jaar.

Ga naar [Olijf.nl](https://olijf.nl) bij 'steun ons' en word donateur. Of scan de QR code.

© Olijf 2025