

Vermoeidheid na kanker



GEFINANCIERD
DOOR



Presentatie door:

Susan Harnas, promovenda & psycholoog i.o. tot GZ-psycholoog

Werkzaam bij:

Amsterdam UMC, afdelingen:

- Medische Psychologie
- Nederlands Kenniscentrum voor Chronische Vermoeidheid (NKCV)



Peiling in de zaal

- Wie voelt zich op dit moment moe?
- Wie denkt dat er iets te doen is aan vermoeidheidsklachten?



Vermoeidheid na kanker (VNK)

- Ernstige vermoeidheidsklachten
- Minimaal 6 maanden aanwezig
- Ernstige beperkingen in het dagelijkse leven



Hoe vaak komt VNK voor?

- Wat denken jullie?
- Uit onderzoek blijkt dat +/- 1 op de 4 mensen (na de behandeling van kanker) ernstig moe blijft (o.a. Abrahams et al, 2016).



Waarom blijven mensen moe na kanker?

- De arts vertelde erover. Zie de aantekeningen bij deze slide:

Zoals al in het filmpje kort aan bod kwam kun je vermoeidheid na kanker behandelen met cognitieve gedragstherapie. Met CGT kun je *denken en doen* veranderen met betrekking tot vermoeidheid. Patiënten leren op een andere manier omgaan met hun klachten, wat leidt tot vermindering van de vermoeidheid en verbetering van kwaliteit van leven.

Het doel van *Vermoeidheid Na Kanker* is herstel van uw ernstige moeheid, zodat u weer kunt doen wat u graag wilt en vermoeidheid u niet langer hindert in uw dagelijks leven. Hersteld zijn van de ernstige vermoeidheid betekent niet dat u nooit meer moe zal zijn. Vermoeid zijn is namelijk een verschijnsel dat bij het leven hoort. Maar dan gaat het om 'normale' vermoeidheid, bijvoorbeeld lekker moe zijn na een flinke lichamelijke inspanning of na een dag hard werken. Dit is een ander soort vermoeidheid dan de overmatige en aanhoudende moeheid die u nu ervaart.

Het is eerder aangetoond dat de vermoeidheid na een aantal maanden niet meer samenhangt met de behandeling van kanker. Om de lichamelijke niet meer te verklaren moeheid te begrijpen, maken we een onderscheid tussen de *uitlokkende* en *instandhoudende* factoren van de vermoeidheid.

De *Uitlokkende* factoren zijn de kanker zelf en de behandeling hiervoor. Deze factoren hebben ervoor gezorgd dat u *toen* moe werd.

Na verloop van tijd zijn andere factoren ervoor gaan zorgen dat u *nu nog steeds* ernstig moe bent. Deze factoren noemen we de *instandhoudende* factoren. Deze factoren worden aangepakt in de behandeling. Maar aan welke in standhoudende factoren kun je dan denken?



Behandelen van VNK

- Middel: cognitieve gedragstherapie
- Doel: herstel van ernstige vermoeidheidsklachten & weer ‘normaal’ moe
- Onderscheid tussen:
 - Uitlokkende factoren
 - In standhoudende factoren
 - deze pakken we aan in de behandeling

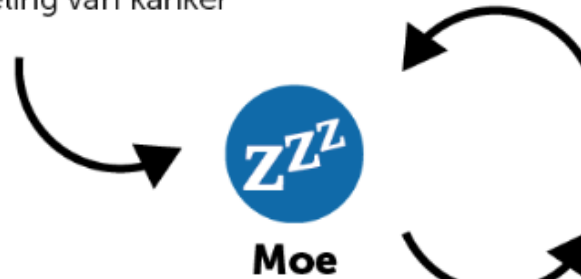


Onderdelen in de behandeling

- Slaap-waakritme
- Helpend denken
- Activiteitenopbouw
- Angst voor terugkeer
- Verwerking
- Sociale omgeving
- Doelen realiseren

Uitlokkende factoren

Kanker
Behandeling van kanker



Instandhoudende factoren

Moeite met de ziekte een plek geven
Overmatige angst voor terugkeer ziekte
Niet helpende gedachten over moeheid
Onregelmatig slaap-waakritme
Onevenwichtige verdeling van activiteiten
Ongewenste reacties uit de sociale omgeving



MATCH-studie

- Onderzoeksvraag
 - Kan personaliseren psychologische behandelingen nog effectiever maken?



MATCH-studie

- Diagnose kanker;
- Minimaal 6 maanden en maximaal 5 jaar na einde primaire behandeling met curatieve intentie;
- Geen ziekteactiviteit ten tijde van inclusie;
- Vermoeidheid, angst voor terugkeer van kanker en/of depressieve klachten belemmeren het functioneren
- 18 jaar of ouder



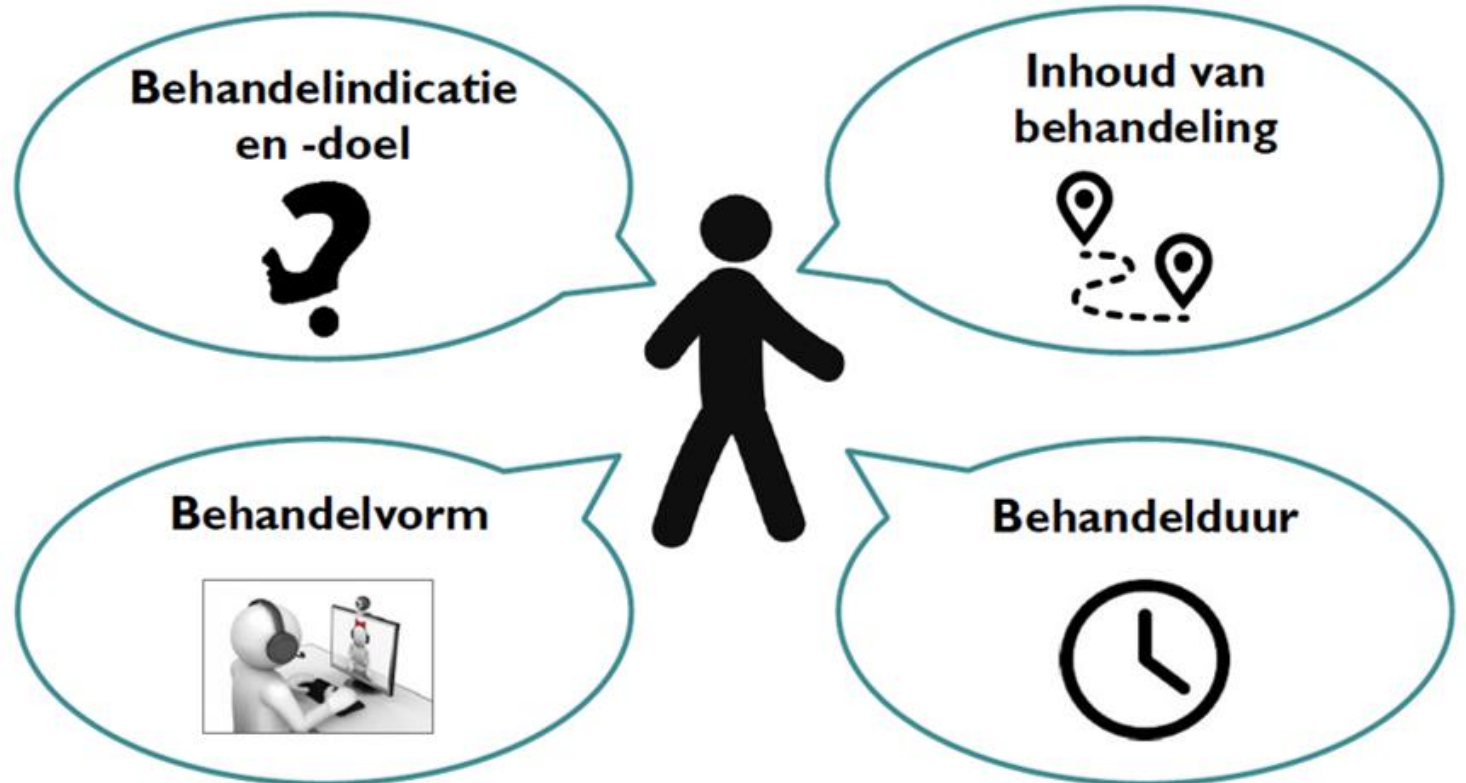
Opzet MATCH-studie

- Multicenter gerandomiseerde gecontroleerde trial (RCT)
- Doel: 190 patiënten (95 in elke arm)
 - Gepersonaliseerde psychologische behandeling
 - Standaard, niet-gepersonaliseerde psychologische behandeling
- Primaire uitkomst: beperkingen in het dagelijks functioneren (SIP-8)
- Secundaire uitkomsten: o.a. kwaliteit van leven (EORTC QLQ C30), symptomen (angst, depressie, vermoeidheid (CWS, BDI, CIS))



MATCH-studie

- Personalisatie op 4 niveaus:



Vragen?



Behoeftte aan meer informatie? Kijk eens op:

- www.nkcv.nl

Interesse in deelname onderzoek?

- Aanmelden voor de MATCH-studie kan via:
www.amc.nl/MATCH
- Speciaal voor partners (van patiënten met VNK):
www.amc.nl/care4fatigue

Care4Fatigue study