

## Angst voor terugkeer van kanker

normale reactie

.....soms ook ernstig probleem

# Het zwaard van Damocles



*“Fear, worry, or concern relating to the possibility that cancer will come back or progress”*

- Normale emotionele reactie bij kanker
- Minder vertrouwen in eigen lichaam
- Hoge angst heeft negatieve invloed op welbevinden
- In de top 5 van onvervulde zorgbehoeften

# Patiënt ervaringen

*“Het is net 9/11, je wacht steeds tot het 2e vliegtuig neerstort”*

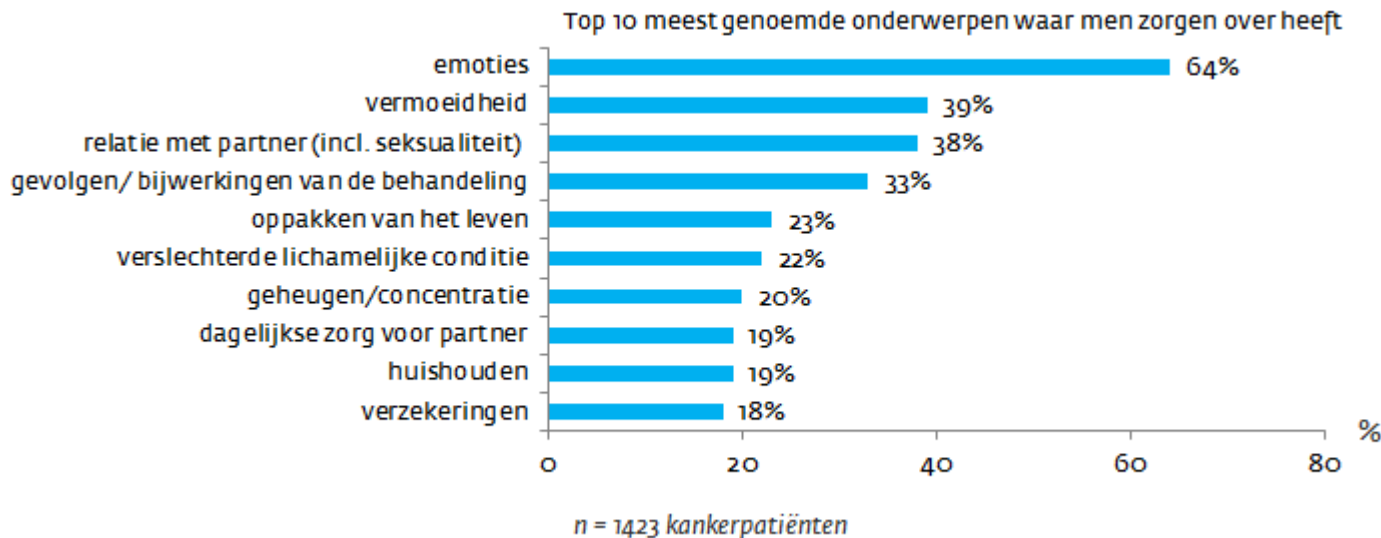
*(man; Livestrong Army)*

*“Ik probeer in het hier-en-nu te leven, maar er zijn altijd gedachten die zeuren in mijn achterhoofd ”*

*(vrouw; Vickberg, 2001)*

# Behoeftepeiling (ex-)kankerpatiënten 2016

representatieve steekproef op kankersoort en tijd na de diagnose kanker (0-10 jaar)





## De angst voor kanker beheerste mijn leven

**Mevrouw Groenes:**  
"Ook toen ik gezamenlijk was  
verklard, beheerste de  
kanker mijn leven."

Op ieder ziektebeeld, iedere behandelingsmethode en iedere innovatie heeft iedereen uiteraard zijn eigen perspectief. In deze rubriek brengen we perspectieven bij elkaar. Dit keer het perspectief van een patiënt na een behandeling voor kanker. Dat deze een zekere angst houdt is logisch en zelfs functioneel. Maar angst kan ook de overhand nemen en het leven van de (ex-)patiënt gaan bepalen. Dat gebeurde bij mevrouw Groenes. De afdeling Medische Psychologie van het Radboudumc ontwikkelde voor haar en haar lotgenoten een protocol voor een psychologische behandeling waarmee de angst tot reële proporties kan worden teruggebracht. Ook dat perspectief zien we in dit artikel met psycholoog Petra Servaes én de ex-patiënt.



**Patiënt kenmerken**



**Triggers**

*Interne signalen  
Externe signalen*

**Angst voor terugkeer van kanker**



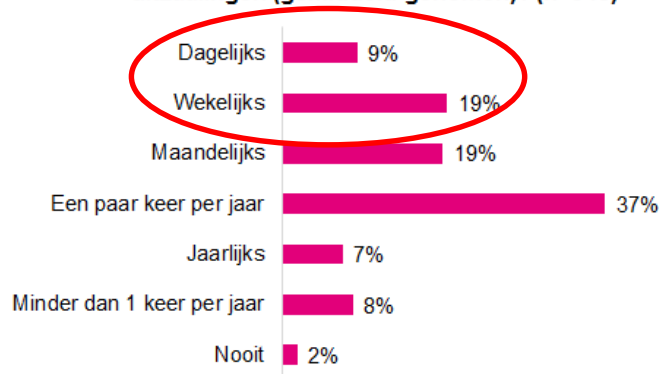
**Gevolgen**

*Wat je denkt, doet of voelt*

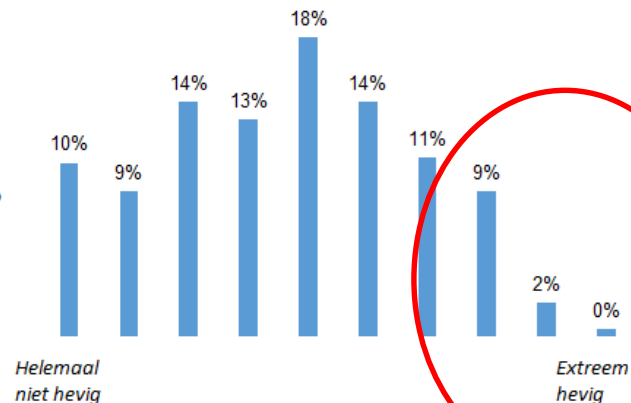


# Borstkanker

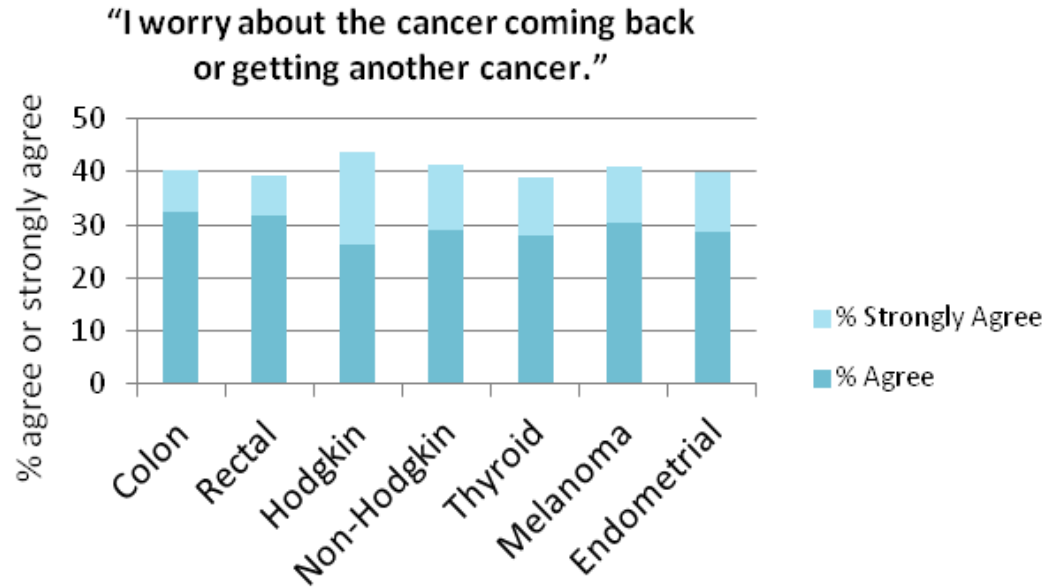
Ervaar jij angst voor terugkeer van borstkanker /  
uitzaaiingen (gemiddeld genomen)? (n=948)



Hevigheid angst (n=932)



2615 cancer survivors stage I or II disease



## Hogere angst

- Jongere leeftijd
- Vrouwen
- Korter na diagnose
- Gevorderde ziekte



# Cancer Worry Scale

Author	Cancer type	Stage	N	High FCR % (CWS)
Custers et al. 2014	Breast	I-III	194	31%
Custers et al. 2015	Colorectal	I-III	76	38%
Van de Wal, 2016	Prostate	Localised	283	36%
Custers et al, 2015	Sarcoma (GIST)	Localised and Metastatic	54	52%

# Cancer Worry Scale

Author	Cancer type	Stage	N	High FCR % (CWS)
Custers et al. 2014	Breast	I-III	194	31%
Custers et al. 2015	Colorectal	I-III	76	38%
Van de Wal, 2016	Prostate	Localised	283	36%
Custers et al, 2015	Sarcoma (GIST)	Localised and Metastatic	54	52%
Thewes et al. in preparation	diverse AYA	curative intent	73	62%

# Wie loopt risico op verhoogde angst?

## Consistent bewijs:

- Jongere leeftijd
- Symptoom last (pijn, vermoeidheid zorgen over lichaamsbeeld)



## Inconsistent bewijs:

- Vrouw
- Lagere opleiding of inkomen
- Prognostic factors (TNM, PSA, +ve Margins)
- Na chemotherapie
- Persoonlijkheidsfactoren (Optimisme, Neuroticisme)
- Weinig steun van anderen
- Minderheidsgroepen
- Kinderen hebben
- Andere lichamelijke ziekten

**Wie herkent dit probleem?**

**Wat kan je er (zelf) aan doen?**

---

ernstige  
problemen  
10%

enige  
problemen  
20%

normale  
emotionle  
reactie  
70%

psycholoog

coach

arts en  
verpleegkundige

psychotherapie

counseling

psychosociale zorg

---

# Persoonsgerichte zorg

Medische Psychologie

Instelling voor psychosociale oncologie

Oncologische revalidatie

Verpleegkundige zorg, huisarts

Zelfhulp op internet

Inventariseren: hoe ernstig, welke risicofactoren?

# Blended therapie

Verder Leren met Angst

Werkblad Uitslagen Aanbevelingen MijnHNDI Overzigt

Vandaag leren met angst

Welkom op de website!

Onderwerp	Status
L1: LEREN met angst	✓
L2: LEREN met angst	✓
L3: LEREN met angst	✓

MijnHNDI

Eli Grogan met angst

Patty Smit met angst

mijnHNDI

Werkblad Uitslagen Aanbevelingen MijnHNDI Overzigt

MijnHNDI

Welkom op de website!

Onderwerp	Status
L1: LEREN met angst	✓
L2: LEREN met angst	✓
L3: LEREN met angst	✓

MijnHNDI

Eli Grogan met angst

Patty Smit met angst

## En wat helpt niet?

- Vermijden of uit de weg gaan van triggers
- Te veel aandacht voor lichamelijke signalen
- Te veel informatie over je ziekte opzoeken
- Steeds meer doktersbezoek of extra controles





**AYA**  
adolescent & young adult

## FORwardS: International Expert Special Interest Group on FCR



Ottawa, augustus 2015