

CONGRES KANKER & LEVEN

20 juni 2025



Regio West Nederland

Met dank aan:



Even voorstellen



- Man, 62 jaar
- Palliatief N.E.T. kanker graad 2
- 2 hartinfarcten gehad
- Prostaatkanker gehad
- Sepsis gehad
- Ernstig depressief geweest
- Klassieke Achalasie type 1
- Neuropathie beide voeten
- Beperkt gehoor
(maar kan goed luisteren)
- Diabetes type 2
- BMI 29,7 😊
- Getrouwd met Margo
- 4 volwassen kinderen en 5 kleinkinderen
- Hobby's: koken, schrijven, wandelen, zeilen, fietsen, cabrio rijden
- Nog parttime actief als zelfstandig organisatie adviseur
- (Vriendelijk) eigenwijs
- Schrijver Écht de Sjaak!
- Oprichter stichting Écht de Sjaak!
- Ambassadeur NPPZ II

Doel middagprogramma

- **Meer inzicht** krijgen in wat de verschillende netwerken kunnen bijdragen aan de oncologische en palliatieve zorg
- **Inspiratie opdoen** over een brede benadering van gezondheid - voor patiënten, naasten, nabestaanden en zorgprofessionals



CONGRES KANKEER & LEVEN

20 juni 2025



Aan het woord: Karin Ruijsseenaars

Programma



14.15 – 14.35: Presentatie – Oog voor naasten en nabestaanden

14.35 – 14.50: Presentatie – Positieve Gezondheid

14.50 – 15.25: Break out sessies – Evenwichtige zorgverleners & Positieve Gezondheid in actie

15.25 – 15.55: Gastoptreden

16.10 – 16.25: Introductie oncologische- en palliatieve netwerken

16.25 – 16.55: Panel gesprek

16.55 – 17.00: Afsluiting programma

17.00 – 17.30: Netwerkborrel

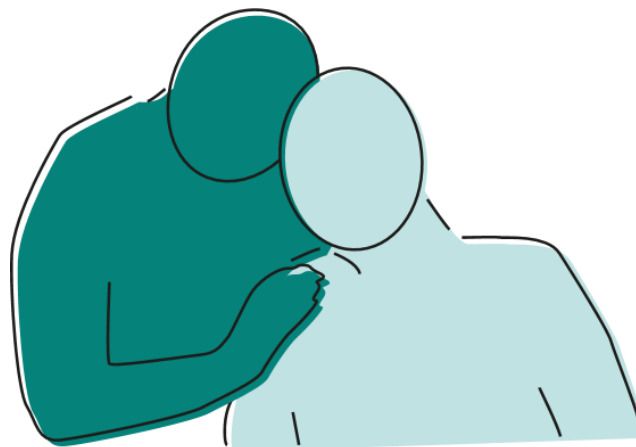


Oog voor naasten en nabestaanden



Behoeften van naasten

1. Gezien worden en steun
2. Informatie
3. Goed contact met zorgverleners
4. Goede zorg voor de zieke



5. Samenwerken
6. Naaste zijn
7. Aansluiten bij normen en waarden
8. Zorg na overlijden

53 interviews met naasten en nabestaanden (2017-2022).



Zorgverleners

Bewustwording

- Zorg voor naasten hoort bij goede palliatieve zorg
- Verschillen tussen naasten: (o.a. geletterdheid, gezondheidsvaardigheden, normen waarden)

Kennis

- Over behoeften van naasten en verwijzingsmogelijkheden
- Belang van netwerk: scholing, kennisdeling, sociale kaart

Vaardigheden

- Actief luisteren, omgaan met verdriet

Samenwerking

- Teamwerk en duidelijke taakverdeling
- Met elkaar mee kijken, napraten en overleggen, maar ook aan mogen geven dat je her zorgen voor naasten soms lastig vindt



Implementatie Oog voor naasten en nabestaanden

Workshop De reis van de Naaste

1

Hoe wordt nu voor naasten gezorgd?

2

Wat willen jullie bereiken als team?

3

Bereid de implementatie voor.

4

Voer het plan van aanpak uit.

5

Evaluatie en verspreiding van het eindresultaat.



Oog voor naasten en nabestaanden in Hospice Wassenaar

- Vragen naar wensen en verwachtingen van naasten. Wat is de komende periode belangrijk voor u?
- Regelmatig vragen hoe het gaat
- Relatieblad met namen van naasten
- Familiegesprek na 1 week opname
- Nazorggesprekken na 3 en 6 weken
- Herdenkingsbijeenkomst 1 x per jaar



Uit het hospiceleven gegrepen





Positieve Gezondheid

Cinthya de Vaal



Positieve Gezondheid

Er komt een vrouw bij de dokter...



Over Positieve Gezondheid?

2 gezichtspunten...



1 – Blue Zones

Gebieden in de wereld waar mensen heel oud worden, zonder chronische ziekten en zonder mentale aftakeling.

Sleutels:

- Goed eten
- Natuurlijk bewegen
- Opstaan met een ideaal
- Vrienden hebben om dat ideaal mee te verwerkelijken



2 – Sense of Coherence (SOC)

Oftewel: gevoel van samenhang. Mensen met SOC doorstaan moeilijke situaties relatief 'goed'...

De essentie: mensen met een Sense of Coherence hebben het gevoel

- De situatie te begrijpen = comprehensibility
- Dat je iets kunt doen, invloed kunt uitoefenen = manageability
- Zingeving te ervaren = meaningfulness

Beter te begrijpen als je je realiseert wat het tegenovergestelde is:

- Verwarring
- Machteloosheid
- Zinloosheid



Positieve Gezondheid

- Een bredere kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies.
- Het gaat om het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan. En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren.
- Of... het vermogen van mensen om met levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.
- Door Machteld Huber internationaal geïntroduceerd in 2011



MIJN POSITIEVE GEZONDHEID

- Zorgen voor jezelf
- Je grenzen kennen
- Kennis van gezondheid
- Omgaan met tijd
- Omgaan met geld
- Kunnen werken
- Hulp kunnen vragen

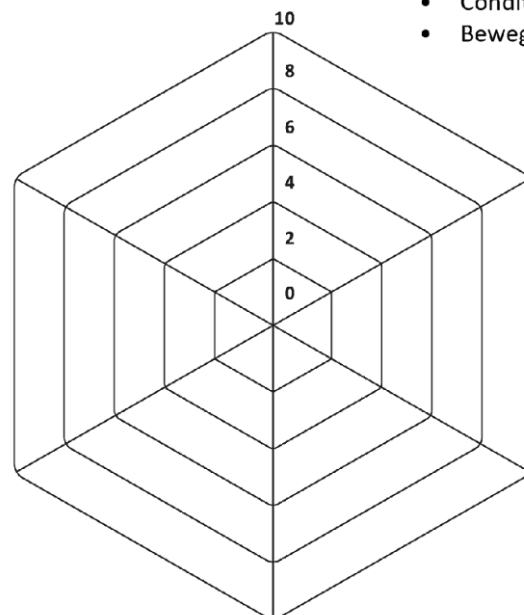


DAGELIJKS
FUNCTIONEREN



MEEDOEN

- Sociale contacten
- Serieus genomen worden
- Samen leuke dingen doen
- Steun van anderen
- Erbij horen
- Zinnige dingen doen
- Interesse in de maatschappij



LICHAAMSFUNCTIES

- Je gezond voelen
- Fitheid
- Geen klachten en pijn
- Slapen
- Eten
- Seksualiteit
- Conditie
- Bewegen



MENTAAL
WELBEVINDEN

- Onthouden
- Concentreren
- Communiceren
- Vrolijk zijn
- Jezelf accepteren
- Omgaan met verandering
- Gevoel van controle



ZINGEVING

- Zinvol leven
- Levenslust
- Idealen willen bereiken
- Vertrouwen hebben
- Accepteren
- Dankbaarheid
- Blijven leren



KWALITEIT VAN LEVEN

- Genieten
- Gelukkig zijn
- Lekker in je vel zitten
- Balans
- Je veilig voelen
- Intimiteit
- Hoe je woont
- Rondkomen met je geld



Ik mis iets dat voor mij belangrijk is: _____

Work-life skills



Wat is nu voor mij anders?

- Bewustzijn en keuzes maken
- Mentale veerkracht
- Vitaliteit en energie
- Verbinding en communicatie



Work-life skills

Zingeving versterken in mijn dagelijks leven

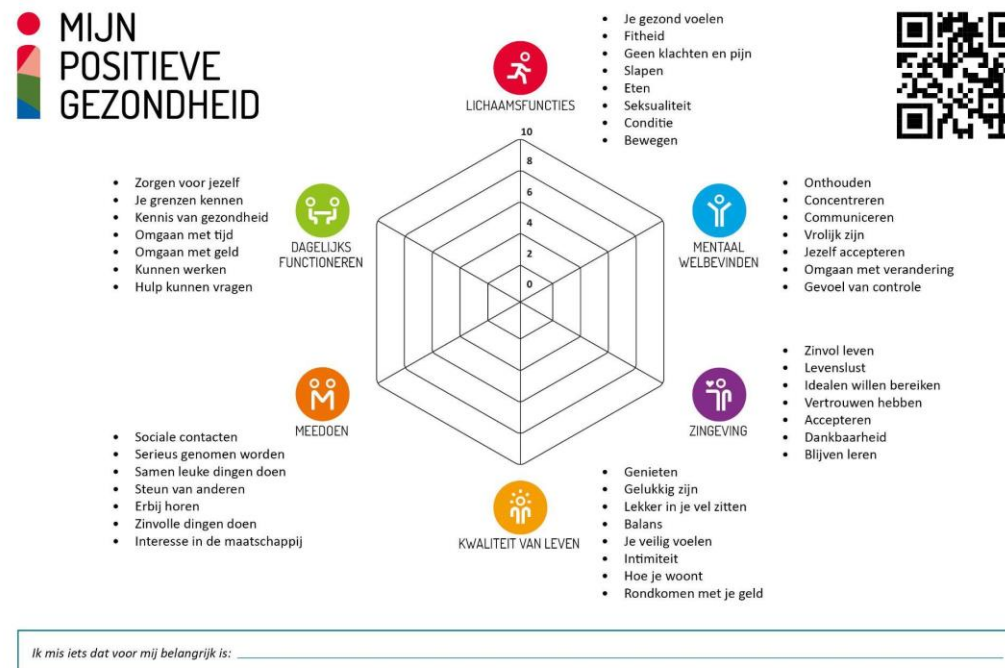
- Weten, voelen en ervaren van dat wat voor mij belangrijk is
- Verbinding / contact: met wie wil ik contact?
- Actief zijn: welke dingen wil ik ontdekken en uitproberen?
- Aandacht hebben: focus in het hier en nu en op dat wat al goed is
- Nieuwsgierig zijn / blijven leren: waar of bij wie kan ik inspiratie vinden?
- Geven en ontvangen in balans; uit ploeterstand blijven



Marcia de Groot



Coordinator Adamas centrum voor leven
iPH trainer / IPSO trainer



Kanker in cijfers

in Nederland



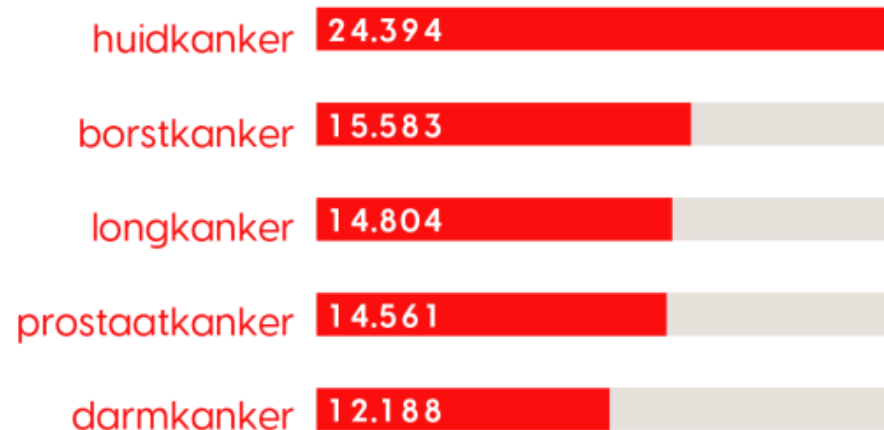
1 op de 2 mensen
krijgt ooit kanker

5-jaarsoverlevingskans



5 meest voorkomende soorten kanker

diagnoses in 2023



Bron: Nederlandse Kankerregistratie ©IKNL

Bekijk meer cijfers

[Naar de cijfers](#)





Wat is de basis van Positieve Gezondheid?

- Bredere kijk op gezondheid

Waarom werken wij ermee als IPSO-centrum?

- Missie/visie
- Kwaliteit van de gesprekken gaan omhoog
- Dezelfde taal als de formele/informele zorg

Casussen van gasten

- **Elly:** nierkanker, palliatief
- **Sandra:** docent Nederland, 3 kinderen, zieke partner
- **Jeroen:** vader 2 kinderen (1 en 3), palliatief



CONGRES KANKEER & LEVEN

20 juni 2025



Aan het woord: Marcel de Rooij

Wat gaat Positieve Gezondheid je opleveren?



- Tijd!
- Behoeftte van de gast/patiënt wordt nog duidelijker
- Betere samenwerking met collega's zorg/zelfde taal
- Kwaliteit van de gesprekken gaan omhoog
- Meer duidelijkheid voor iedereen!
- Meer verbinding met wat voor mij belangrijk is



Laat Positieve Gezondheid en jouw talent in dit jaar (nog meer) tot bloei komen.

Tot zo bij de break out sessie!



Break out sessies

- **Break out sessie evenwichtige zorgverleners:** blijf in de zaal
- **Break out sessie Positieve Gezondheid:**
 - Met Marcia: zaal J-01-116 - volg Jantine
 - Met Cinthya: collegezaal 2 - volg Maud
- **Na de break out sessies:** pauze op Boerhaaveplein, graag terug zijn om uiterlijk 15.55
 - Bezoek tijdens de pauze de stand!



De evenwichtige zorgverlener

Dr. Suzanne Metselaar
20 juni 2025, Congres Kanker en Leven

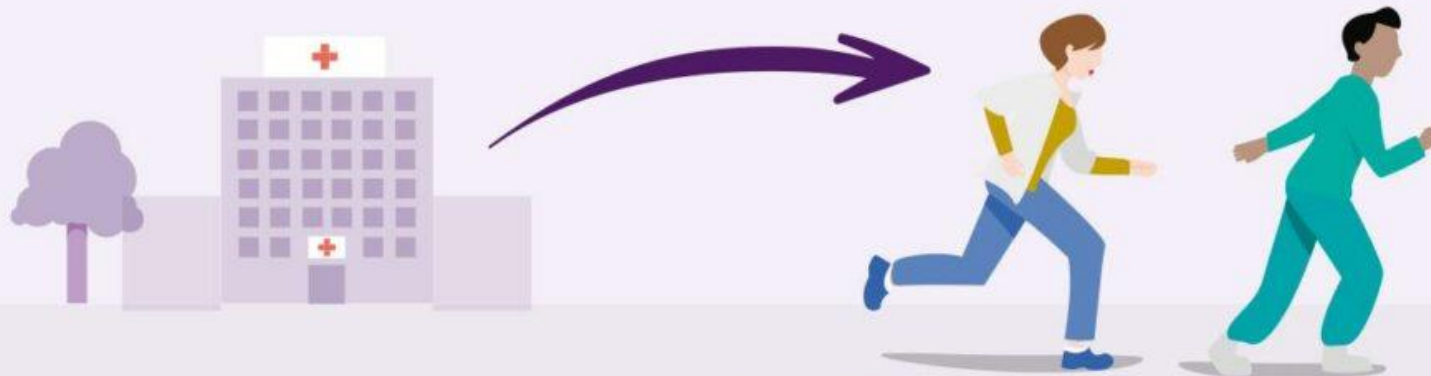


Veel burn-outs onder jonge zorgmedewerkers: 'Soms is het nodig om even egoïstisch te zijn'

De personeelstekorten in de zorg zijn groot en de werkdruk is hoog. En dat heeft gevolgen: 1 op de 8 jonge medewerkers in de zorg heeft ervaring met een burn-out, 1 op de 3 komt oververmoeid thuis, blijkt uit een inventarisatie van CNV Jongeren.

Zorg wil herstelplan voor medewerkers, aantal burn-outs in de zorg verdubbeld

40% van medewerkers dreigt zorg te verlaten



De verloopintentie is met **25%** toegenomen t.o.v. 2021



NOS NIEUWS • ECONOMIE • VR 17 SEPTEMBER, 09:57
**FNV: Zorgpersoneel haakt af
vanwege werkdruk en
overbelasting**

Evenwicht of veerkracht?

CON
KA
20 juni



Evenwichtige zorgverlener → veerkrachtige zorgverlener

Veerkracht

“Het vermogen om zich positief aan te passen en te herstellen van stress en tegenslagen”

- Zowel individuele eigenschappen en omgevingsfactoren spelen een rol
- Varieert in tijd en context
- Heeft meerdere dimensies (fysiek, mentaal, spiritueel, sociaal)

De evenwichtige zorgverlener in de palliatieve zorg

Oorzaken van verlies van evenwicht

1 Arbeidsomstandigheden

- Werkdruk
- Belemmeringen in de werkcultuur of organisatie
- Gebrek aan waardering

2 Samenwerking

- Onvoldoende afstemming binnen het behandelteam
- Waardenconflict rondom een behandelbeslissing

3 Patiënt en naasten

- Moeite met het meegaan met de wens van de patiënt
- Moeite met het (h)erkennen van en omgaan met diversiteit
- Omgaan met (over)belasting en onvermogen van mantelzorgers

4 (Over)lijden patiënt

- Confrontatie met een 'slechte' dood
- Mate en opeenvolging van overlijden
- Rouw om patiënten
- (Over)lijden van kinderen

5 Individuele factoren

- Angst voor de dood
- Gebrek aan kennis en kunde in palliatieve zorg
- Identificatie met de patiënt

Enquête onder Nederlandse zorgverleners in palliatieve zorg (n=603)

47%

Werkdruk

40%

Moeizame samenwerking

34%

Meegaan met emoties van patiënt of naasten



Aanbevelingen kennissynthese

**Benader de evenwichtige zorgverlener in palliatieve zorg als verantwoordelijkheid
van het hele systeem**

Het systeem:

- 1) samenleving en gezondheidszorg
- 2) organisaties
- 3) individuele zorgverleners
- 4) onderwijs
- 5) onderzoek



Aanbevelingen kennissynthese

- 1) Samenleving & gezondheidszorg → **Prioriteer, maak & stimuleer beleid**
- 2) Organisaties → **Eigen, proactief beleid 'zorg voor de zorgenden'**
- 3) **Individuele zorgverleners** → **(H)erken rode vlaggen, weet wat je kunt doen & vragen**
- 4) Onderwijs → **Veranker 'evenwichtige zorgverlener' in opleidingen, begeleid beginnende zorgverleners beter**
- 5) Onderzoek → **Ontwikkel en onderzoek materiaal voor zorgverleners en organisaties**



Zeggenschap over jouw veerkracht

- Kiezen voor Veerkracht: methodiek om zeggenschap over veerkracht te versterken
- Wat doe je zelf al om veerkrachtig te blijven?
- Hoe kun je elkaar ondersteunen?
- Waar heb je (als individu, als team) behoefte aan?
- Welke interventies of strategieën wil je uitproberen?
- Hoe bevallen die?
- Wat heb je nodig van je organisatie en/of leidinggevenden?



Kennismaken met het Kletsblik

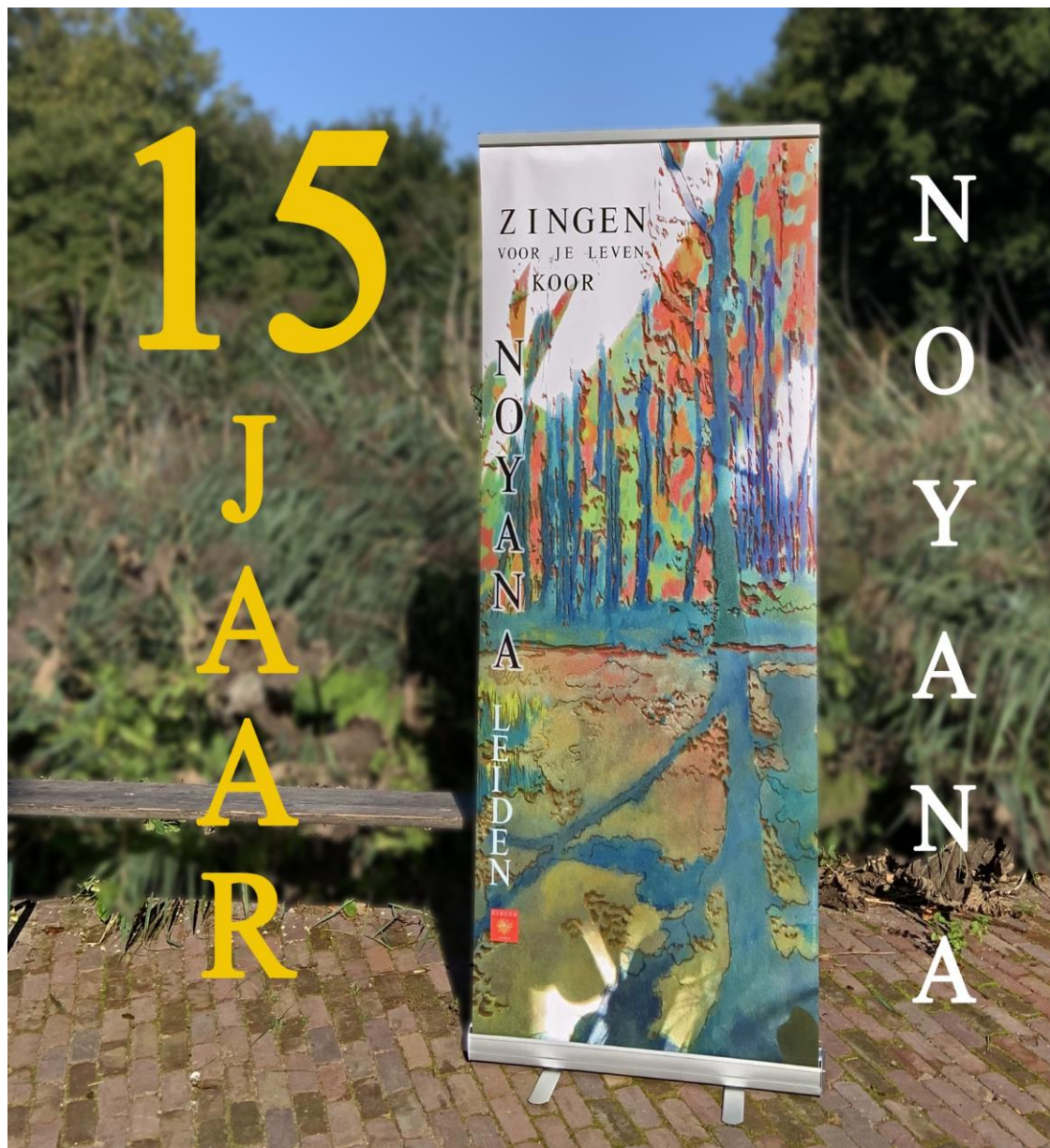
- Neem een kaartje
- Ga in 3- of 4-tal in gesprek
- 10 min.
- Korte plenaire terugkoppeling



Kernboodschappen



- Evenwicht → veerkracht
- Veerkracht heeft meerdere dimensies (fysiek, mentaal, sociaal, etc.)
- Veerkrachtige zorgverleners: verantwoordelijkheid van het hele ‘systeem’
- Individuen: Pak zeggenschap over jouw veerkracht
- Teams: Ken elkaars kracht en behoeften
- Organisaties: Zorg voor je zorgenden
- **Veerkrachtige zorgverleners zijn essentieel voor passende zorg voor mensen met kanker en hun naasten!**



Zingen voor je leven



De netwerken stellen zich voor



Oncologiezorgnetwerk Haaglanden



- Oprichting 2023
- Gespecialiseerde zorg op maat
- Verbinding



ONCOZORG NETWERK
HAAGLANDEN



Meerwaarde patiënten en naasten

- Gespecialiseerde zorg
- Regionaal
- Snelle afstemming
- Meer kennis bij zorgverlener
- De juiste zorg op de juiste plek
- Breed netwerk
- Vindbaarheid
- Een aanspreekpunt





Lichamelijke veranderingen

Lichamelijke klachten | Lymfoedeem | Pijn |
Veranderingen in gewicht of lichaam

→ [VIND HULP](#)



Emoties en zingeving

Stress | Angst | Eenzaamheid | Somberheid |
Psychische klachten

→ [VIND HULP](#)



Uiterlijke veranderingen

Moeite met een nieuw uiterlijk | Kaal na behandeling |
Problemen met de huid

→ [VIND HULP](#)



Relaties en gezin

Problemen in je relatie, gezin of familie | Een dierbare
heeft kanker (gehad)

→ [VIND HULP](#)



Leefstijl

Meer bewegen | Minder last hebben van stress |
Stoppen met roken | Gezonder eten en drinken

→ [VIND HULP](#)



Dagelijks leven

Moeite met de dagelijkse dingen | Werk | Studie |
Huishouden | Financiën en verzekeringen | Zorg thuis

→ [VIND HULP](#)

Meerwaarde zorgverleners

- Interdisciplinaire samenwerking
- Kennis
- Kwaliteit van zorg verbeteren
- Efficiëntere communicatie
- Vindbaarheid



Vind een zorgverlener

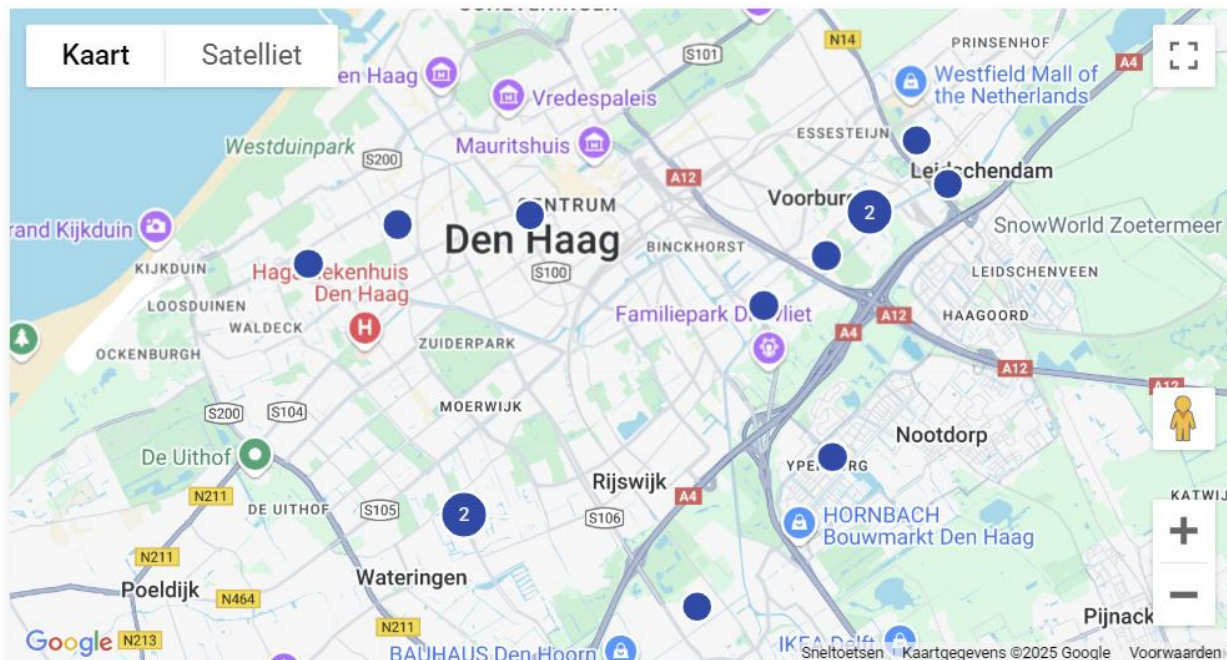
Vind zorgverleners op de kaart, in een lijst of op type zorgverlener

Op de kaart of in een lijst

Filter op type zorgverlener

📄 KAART

☰ LIJST



Type zorgverlener

Bij ons kun je terecht bij de volgende typen zorgverleners:

- **ERGOTHERAPEUT**
- **FYSIOTHERAPEUT (ONCOLOGIE-)**
- **FYSIOTHERAPEUT**
- **HUID- EN OEDEEMTHERAPEUT**
- **KRACHT NA KANKER**
- **OSTEOPAAT**
- **ROUW- EN VERLIESBEGELEIDER**
- **VERPLEEGKUNDIG SPECIALIST AGZ (ONCOLOGIE EN PALLIATIEVE ZORG)**

Samenwerkingspartners

- Paramedisch, complementair en ondersteunend
- Haagse Hogeschool
- De Ipso centra
- REOS
- Huisartsen
- Medisch specialisten
- Verpleegkundig specialisten



Tips

- Enthousiasme
- Doorzettingsvermogen
- Connecties
- Niet zelf het wiel uitvinden
- Ondersteuning Ros
- Format IKNL
- Website IKNL



OncoWest



Samenwerkingsverband binnen de oncologische zorg tussen de ziekenhuizen in West-Nederland.



OncoWest

9

Expertteams



Borst



Long



Hersenen



Darmen



Huid
(melanomen)



Slokdarm
en maag



Prostaat, blaas,
nier, zaadbal



Baarmoeder,
baarmoederhals,
eierstok, vulva



Alvleesklier,
galblaas,
galweg

3

Netwerkgroepen



Klinisch
onderzoek



Palliatieve
zorg



psycho-
oncologie



Wat doet het netwerk?

- Samenwerken
 - Binnen verschillende gespecialiseerde tumorwerkgroepen
 - Transmuraal met huisartsen, praktijkondersteuners, etc.
 - Met verzekeraars, cliëntenraden, etc.
- Aandacht voor ondersteunende zorg, zoals AYA, palliatieve zorg, psycho-oncologische zorg
- Multicenter klinisch onderzoek
- Kwaliteitsbevordering
- Projecten, zoals 1 regionaal digitaal MDO platform, digitalisering pathologie

Doel = verbeteren van zorgprocessen



Netwerk Palliatieve Zorg Midden-Holland

Doel

- Het Netwerk Palliatieve Zorg staat voor de **best mogelijke zorg en ondersteuning, voor toegankelijkheid en betaalbaarheid van palliatieve zorg** voor alle inwoners van de regio, nu en in de toekomst.
- **De wensen en behoeften van de patiënt en diens naasten staan daarbij centraal.**
- We doen dit **door zorg en sociaal domein samen te brengen** op de inhoud om van daaruit te komen tot (regionale) samenwerkingsafspraken.

Wat doet het netwerk?

- **Ambitie 1:** Proactieve zorgplanning
 - Werkgroep Proactieve zorgplanning
- **Ambitie 2:** Samenwerking en Verbinding
 - Coördinator en Ambassadeurs
- **Ambitie 3:** Deskundigheidsbevordering
 - Werkgroep Deskundigheidsbevordering
- **Ambitie 4:** Informatie en bewustwording
 - Werkgroep Informatie en Bewustwording



Netwerk Palliatieve Zorg Midden-Holland

Meerwaarde

- Professionals, geschoolde vrijwilligers en mantelzorgers voelen zich ondersteund bij de uitvoering van palliatieve zorg
- Verbetering van palliatieve zorg in de regio, wordt opgepakt door een onafhankelijke partij

Samenwerking

- Bevorderen van de samenwerking tussen de verschillende partijen in het palliatieve zorglandschap. Dat betreft zowel zorg als ondersteuning.

Oog voor
naasten

Kennis en inspiratie
ophalen vanuit het
landelijke en
bovenregionale

Bewust maken van tijdig het
gesprek aangaan over wensen
waarden en behoeften

Vergeten groepen onder de
aandacht brengen

Zorgpad
palliatieve zorg

Palliatieve kit

Gezamenlijk
opstellen van
Regionale
werkafspraken

Lokale en regionale
ontmoetingen organiseren



Panelgesprek



Afsluiting programma

- Tot zo bij de netwerkborrel, ga langs bij de stand!
- Graag key cords na afloop inleveren 😊
- We waarderen jullie input enorm:

