

Voeding en kanker: feiten en fabels



Prof. dr. ir. Ellen Kampman, NVPO Congres, 21 september 2020



Taboes rond voeding en kanker

Feiten



Fabels

Niet willen zien, horen, zeggen.... en weten

Verschillen in (>100) soorten kanker, stadia, therapie, terugkeer, overleving

Curatieve behandeling



Palliatief traject



Dé kankerpatiënt bestaat niet!



Na curatieve behandeling



én hogere kans op diabetes

door behandeling

én ongunstige verandering in spier & vetmassa

Voeding na curatieve behandeling

ongezondere
voedingsgewoonten

&

minder beweging

- Extreme moeheid
- Concentratieproblemen
- Pijn
- Stress
- Angst
- Slecht slapen
- Krachtverlies
- Geen zin om te eten/te koken
- Afvallen of aankomen

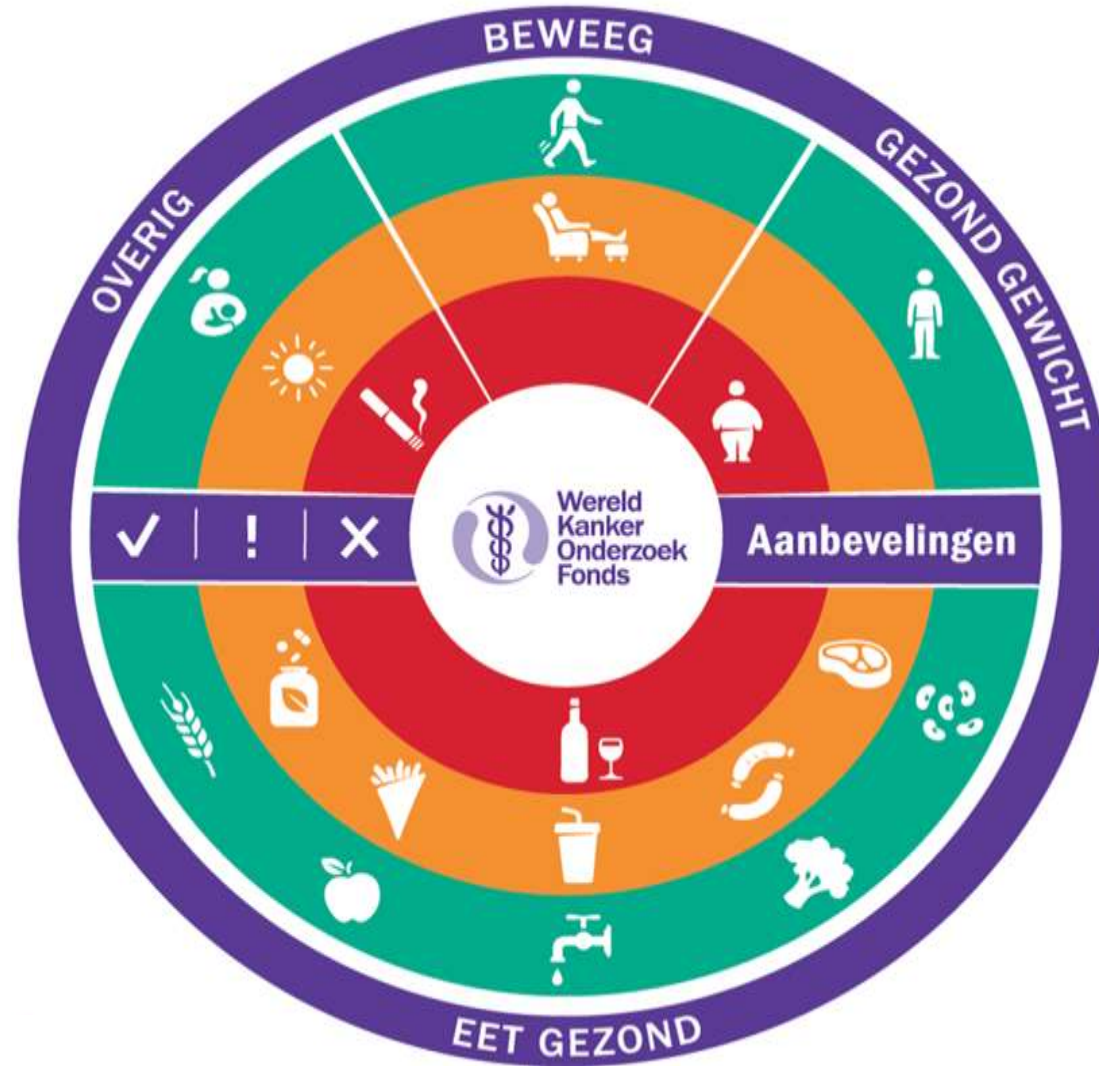


Leefstijl adviezen na diagnose American Cancer Society 2012

- Verkrijg en behoud een gezond lichaamsgewicht
- Beweeg regelmatig zsm na diagnose, 150 min per week, inclusief tenminste 2x krachttraining
- Volg de richtlijnen voor kankerpreventie



Voldoet u aan de richtlijnen voor kankerpreventie?



-  Doe dit wel
-  Let hier op
-  Doe dit niet

Diet, Nutrition, Physical Activity and Cancer: a Global Perspective

A summary of the Third Expert Report



Literatuurstudie en meta-analyse

- **15.000** observationele studies
- 17 soorten kanker
- dier- en in vitro studies
- vertaling naar richtlijnen
- constant update:

http://www.wcrf.org/cancer_research/cup/

Verkrijg of behoud een gezond lichaamsgewicht...

Te veel lichaamsvet verhoogt het risico op 12 soorten kanker:

- Mond en keel
- Slokdarm (adenocarcinoom)
- Maag (cardia)
- Pancreas
- Galblaas
- Lever
- Dikke darm
- Borst (post-menopausaal)
- Eierstokken
- Baarmoeder
- Prostaat (advanced)
- Nier



Veel kankerpatiënten met goede prognose zijn te zwaar bij diagnose en kunnen aankomen tijdens en na therapie



Wat is nu een feit en wat is een fabel?

Trouw

OPINIE RELIGIE&FILOSOFIE DUURZAAMHEID&NATUUR

Melkpoeder

Mogelijk kankerverwekkende stoffen in baby



**Steeds meer eten is ultrabewerkt
risico op hart- en vaatziekten en
kanker neemt toe**



AD

Nieuws

Regio

Sport

Show

Video

Koken & Eten



▲ Lamsboutjes vallen in de categorie rood vlees waar je niet te veel van moet eten volgens de onderzoekers. © Shutterstock

**‘Zelfs kleine hoeveelheden rood
vlees verhogen risico op
darmkanker al’**

gelichte Kringen

ECONOMIE

SPORT

SAMENLEVING

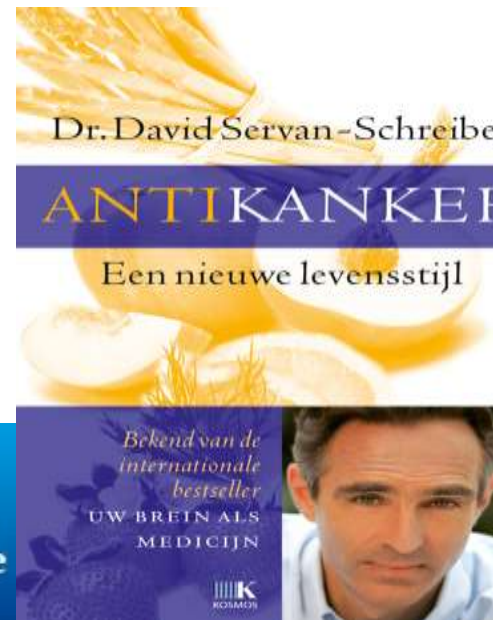
MEDIA

WETENSCHAP



Kan vastendieet kanker voorkomen?





de Volkskrant

Is suiker de nieuwe sigaret?

Jazeker, het mag wel een onsje minder. Maar nu januari tot suikerloze maand is uitgeroepen, is het hoog tijd om wat 'witte misverstanden' weg te nemen.

Ellen de Visser 20 januari 2017, 14:15

FABEL



Reeld Eva Roefs



WAGENINGEN UNIVERSITY
WAGENINGEN UR

Feit of fabel: het ketogene dieet helpt

Géén



Fabel

• rijst



Ketogeen dieet?



11 studies met 102 deelnemers (34–87 jaar)

INVITED REVIEW

A systematic review of the use of ketogenic diets in adult patients with cancer

J. Sremanakova  A. M. Sowerbutts & S. Burden

School of Health Science, Manchester Academic Health Science Centre, University of Manchester, Manchester, UK

Keywords

body composition, human
ketogenic diet, metabolism

Correspondence

J. Sremanakova, 5th floor, Jean McFarlane
Building, University of Manchester, Oxford Road,
Manchester M13 9PL, UK.
Tel.: 0161 306 7673
E-mail: jana.sremanakova@manchester.ac.uk

Nog geen hard bewijs. Kwaliteit studies
niet hoog genoeg. Deelnemers hielden
zich niet aan het dieet.

posed to enhance traditional anticancer therapy. This review summarises the evidence concerning the effect of oral ketogenic diets on anthropometry, metabolism, quality of life (QoL) and tumour effects, at the same time as documenting adverse events and adherence in patients with cancer.

Methods: We searched electronic databases using medical subject headings (MeSH) and text words related to ketogenic diets and cancer. Adult patients

Feit: gezonde voeding helpt na kanker

Nutr Rev. 2016 Dec;74(12):737-748.

Effect of diet on cancer survival: a systematic review and meta-analysis of cohort studies

Schwedhelm C¹, Boer J¹

Author information

Abstract

CONTEXT: Evidence of an association between dietary patterns and individual foods and the risk of overall mortality among cancer survivors has not been reviewed systematically.

117 studies

~210.000 mensen die kanker hebben gehad



Richtlijnen Goede Voeding: wat wel



Wie volgt de richtlijnen?



"VANDAAG GA IK ALLES ETEN
WAAR JE KANKER VAN KRIJGT!"



"HET IS TOCH NIET GEZOND, HÈ?"

Niet de richtlijnen, maar wel superfoods....



Ondersteunt Kurkuma de behandeling van kanker?

- In onderzoek met cellijnen en bij proefdieren lijkt kurkuma de groei van kankercellen te remmen
- Cellijnen → direct contact met tumorcel
- Proefdieren → hoge doseringen direct in tumor ingespoten
- Curcumine (de werkzame stof van kurkuma) wordt in het lichaam van de mens snel inactief gemaakt



Niet de richtlijnen maar wel superfoods....



Niet de richtlijnen, maar wel voedingssupplementen...



Overall waar 'te' voor staat...

Frequentie van
ziekte (%)

100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0

Te weinig

Te veel

“veilige inname”

Inname



Niet de richtlijnen, maar wel voedingssupplementen?



Van taboes naar het belang van de patiënt

Van ongepast en ongemakkelijk...

- Eigen schuld...?
- Dat kun je toch niet zeggen...?
- Wie doet er wat..?



Van gepast en gemakkelijk... in het belang van de patiënt!

- Kleine stapjes naar gezondere leefstijl
- Passend bij de persoon
- Leefstijlzorg op maat tijdens en na behandeling!



Kijk naar de persoon: op maat bewegen en gezond eten..



Ondervoeding: lagere respons of therapie, slechtere overleving

- Gevorderd stadium
- Specifieke tumoren:
 - Pancreas
 - Maag
 - Slokdarm
 - Ovarium
 - Long
 - Lever
 - Hoofd-hals

Kankerpatiënten eten te weinig

Gewichtsverlies en ondervoeding zijn grote problemen bij veel patiënten met kanker. Maar liefst 30 tot 50 procent van de patiënten overlijdt uiteindelijk aan de gevolgen van ondervoeding. Die ondervoeding is lastig te verhelpen. Maar EPA, een vetzuur, lijkt een mogelijk remedie.

Wie kanker heeft, loopt ondervoeding. Omdat stress minder gaat et beeld, of omdat je ziek bent door de chemotherapie of bestraling. Maar ook kankercellen het lichaam aanzetten tot een hogeseling. Die ondervoeding gewichtsverlies zijn geconditie gaat achteruitmoe en slap, de kans neemt toe en de therapie minder goed aan.

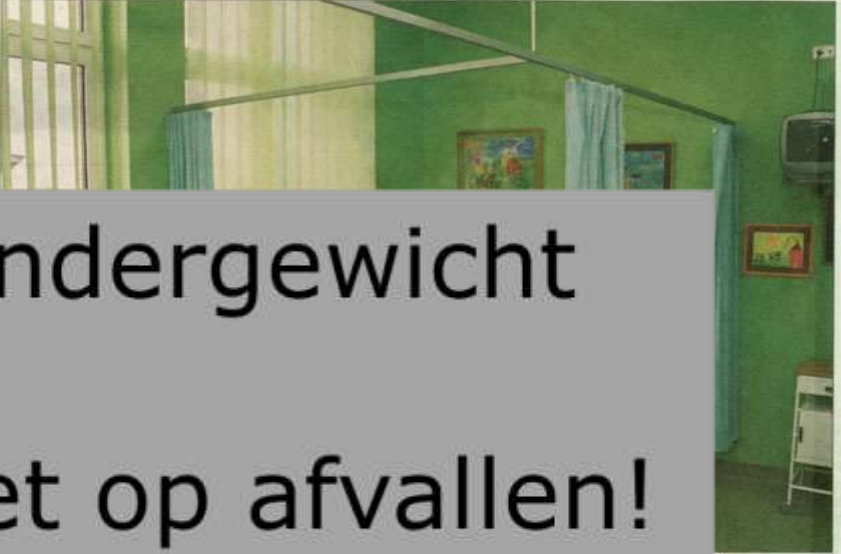
Vroeger werd het voor lief aangenomen dat een kankerpatiënt flink gewicht verloor tijdens zijn ziekte. Tegenwoordig wordt het belang van een goede voedingstoestand steeds meer ingezien. Bij vijf tot tien procent gewichtsverlies (dus 3,5 tot 7 kilo eraf als men normaal 70 kilo weegt) moeten de alarmbellen al gaan rinkelen. Dat geldt ook als men eigenlijk wat kilo's te zwaar is.

GOEDE VOEDING IS ERG belangrijk voor patiënten die vechten tegen kanker, begeleiding is noodzakelijk.

"Doorverwijzing naar een diëtist is zeker nodig," zegt Barbara van der Meij, diëtist van het VU-ziekenhuis in Amsterdam. "Die ondervoeding is namelijk heel moeilijk te behandelen. Met alleen extra eten of pakjes drinkvoeding lukt het vaak niet om mensen weer op gewicht te krijgen." Van der Meij onderzoekt momenteel het effect van een dieetpreparaat waaraan extra EPA is toegevoegd. "Dit is een vetzuur dat veel in vette vis voorkomt. In hoge dosering, overeenkomstig met de hoeveelheid in 2 kilo vette vis per dag, kan het helpen de stofwisseling van patiënten met kanker te normaliseren. Zo wordt voorkomen dat patiënten te veel gewicht verliezen." Het effect van EPA is nog niet aangetoond, zegt Van der Meij: "Veel wetenschappers worden er nog niet warm of koud van, maar ik geloof er wel in." Maar: in de strijd tegen kanker is ook voeding een bondgenoot. KARINE HOENDERDOS

Ondergewicht

Let op afvallen!



Bij afvallen of aankomen: raadpleeg een diëtist



KNL integraal kankercentrum Nederland

verwijsgids kanker

begin met typen Wageningen

[Home](#) > Zoekresultaat

Afstand

Wageningen

☐ < 5 km

☐ < 10 km **5**

☐ < 50 km **100**

☐ < 100 km **300**

☐ Landelijk **1**

☐ Geen bezoekadres **1**

Type

U zocht op 'dietist' in Wageningen

358 resultaten

U bevindt zich op pagina 1 van 36

Weergave: Sorteer op:

[Ziekenhuis Gelderse Vallei](#)

Fysiotherapeut (Dedeem-), Fysiotherapeut (Oncologie-), Psycholoog, Diëtist

[Diëtheek Rhenen](#)



Palliatief... Als eten niet meer kan..

moet het misschien niet meer..

Doorbreek het taboe en maak het bespreekbaar!



Maak het bespreekbaar!!

Voeding bij
kanker

Vragen?



- Is aangebrande en verkoolde voeding kankerverwekkend?
- Is zuivel gevaarlijk
- Kan ik beter geen suiker eten?
- Kan ik sojaproducten gebruiken?
- Beter voedingssupplementen?
- Helpt geelwortel?
- Is wietolie goed?
- Wel of niet visolie tijdens therapie?
- Kunnen abrikozen-pitten helpen?

Voedingenkankerinfo.nl



WAGENINGEN UNIVERSITY
WAGENINGEN UR