

# 'Het staat wetenschappelijk vast dat zwaarlijvigheid het risico op kanker verhoogt.'

(Dokter D. Schrijvers, medisch oncoloog)

Bericht verspreid in het kader van Wereldkankerdag op 4 februari.

Persbericht  
3 februari 2009

ZNA

Leopoldstraat 26  
2000 Antwerpen

tel: 03 234 41 11  
www.zna.be

> **ZNA pakt zwaarlijvigheid aan met multidisciplinair programma gericht op bewegen en gezond eten (Gewicht in Evenwicht)**

> **ZNA biedt ex-kankerpatiënten aangepast programma (Herstel en Balans)**

Dit jaar staat wereldkankerdag (4 februari) in het teken van het voorkomen van zwaarlijvigheid. Wetenschappelijk is bewezen dat er een verband bestaat tussen zwaarlijvigheid en de ontwikkeling van bepaalde kankers. Ook de overlevingskansen worden negatief beïnvloed door zwaarlijvigheid. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie hebben 1 miljard mensen overgewicht en zijn 300 miljoen zwaarlijvig (obees). Eén kind op tien weegt te veel en 2 tot 3% van de kinderen/jongeren tussen 5 en 17 jaar oud is zwaarlijvig.

ZNA biedt patiënten met overgewicht een multidisciplinair programma 'Gewicht in Evenwicht', gericht op bewegen en gezonde eetgewoonten en werkt hiermee aan primaire preventie.

Voor ex-kankerpatiënten biedt ZNA 'Herstel en Balans', een multidisciplinair programma om ex-kankerpatiënten er mentaal en fysiek weer bovenop te helpen. Ook hier speelt fysieke training een belangrijke rol in de preventie van herval.

Het Internationaal Agentschap voor Kankeronderzoek (IARC) heeft een duidelijk verband beschreven tussen zwaarlijvigheid en bepaalde kankers. 'Er is een bewezen relatie tussen zwaarlijvigheid en het optreden van borst-, baarmoeder-, dikke darm-, nier- en slokdarmkanker', aldus medisch oncoloog dr. Dirk Schrijvers. 'Meer nog: de kans op overleving na kanker is kleiner bij zwaarlijvigen'.

In Europa sterven jaarlijks 1 miljoen vrouwen aan borstkanker. De relatie tussen overgewicht en de ontwikkeling van borstkanker bij vrouwen na de menopauze staat wetenschappelijk vast. 'De stijging met één punt van de BMI-index(\*) verhoogt het risico op borstkanker met 3%. In de Verenigde Staten is zwaarlijvigheid verantwoordelijk voor 20% van de borstkanker bij vrouwen na de menopauze en voor 50% van de overlijdens tengevolge van borstkanker in dezelfde groep.' Ook de relatie tussen zwaarlijvigheid en baarmoederkanker staat vast. Bij patiënten met een gewichtstoename van minstens 20 kilogram, wordt het risico met 5 vermenigvuldigd.

### **Preventie: gezond eten én bewegen (Gewicht in Evenwicht)**

Om op een medisch verantwoorde wijze aan die behoefte tegemoet te komen, startte ZNA 2 jaar terug met een multidisciplinair ambulante zorgprogramma dat de naam 'Gewicht in Evenwicht' kreeg. Het programma is gericht op de verandering van levensstijl, vooral op het gebied van voeding en beweging. 'Gewicht in evenwicht' omvat na een eerste screening door een medisch team zowel fysiotherapie als voedingsadvies en psychologische begeleiding op maat van elke deelnemer. De sessies zijn gericht op volwassenen met een BMI (\*) hoger dan 25 (ideaaliter > 28). Voor praktische details zie onderaan het persbericht.

Met een programma als 'Gewicht in Evenwicht' kunnen personen met overgewicht via een aangepast programma hun kansen om kanker te ontwikkelen (of te hervallen) positief beïnvloeden.

Voor praktische info: [www.zna.be](http://www.zna.be); bij persberichten.

### **Beweging na kanker**

Eens ze van kanker zijn genezen, voelen patiënten zich vaak erg vermoeid en hebben ze fysisch en/of psychisch moeite om de draad weer op te pikken. Om ze daarbij te helpen biedt ZNA het programma 'Herstel en balans'. Ook in dit programma staat fysiek activiteit centraal. Die moet zorgen voor de nodige energie, maar ook op de vermindering van de kans op herval. Bij patiënten met borstkanker of dikke darmkanker verminderen beweging het risico op herval met 50%. Doorverwijzing kan enkel via de huisarts of de behandelende oncoloog.

Voor meer info: [www.zna.be](http://www.zna.be); klik bij medisch aanbod op 'oncologie – brochures'.

(\*)BMI = gewicht gedeeld door kwadraat van de lengte  
vb. 100 kg voor 1,80 m lengte =  $100/1,80 \times 1,80 = 30,86$

### **Meer informatie:**

dr. Dirk Schrijvers, Medisch Diensthoofd Oncologie  
03 280 23 39

Renée Willems  
Woordvoerder – Manager Communicatie  
0499 99 28 17  
[www.zna.be](http://www.zna.be)

**ZNA (ZiekenhuisNetwerk Antwerpen), de grootste gezondheidszorgorganisatie van België, wil toegankelijke en kwaliteitsvolle gezondheidszorg bieden voor iedere patiënt. De groep omvat 3 algemene ziekenhuizen, 7 dagcentra en 6 gespecialiseerde ziekenhuizen. ZNA stelt zo'n 6.000 mensen tewerk, waaronder 600 artsen, die dagelijks zo'n 6.000 patiënten verzorgen.**

**ZNA omvat:**

3 algemene ziekenhuizen met een uitgebreid medisch aanbod in Noord, Centrum en Zuid (ZNA Jan Palfijn, ZNA Stuivenberg/Sint-Erasmus en ZNA Middelheim)

6 dagcentra voor daghospitalisatie, raadplegingen en medisch-technische onderzoeken (ZNA Hoge Beuken, ZNA Jan Palfijn, ZNA Koningin Paola Kinderziekenhuis, ZNA Middelheim, ZNA Sint-Elisabeth, ZNA Sint-Erasmus en ZNA Stuivenberg)

8 gespecialiseerde ziekenhuizen met een zorgaanbod afgestemd op specifieke patiëntengroepen als bejaarden, kinderen en psychiatrische patiënten (ZNA Hoge Beuken, ZNA Joostens, ZNA Koningin Paola Kinderziekenhuis, ZNA Psychiatrisch Ziekenhuis Stuivenberg, ZNA Sint-Elisabeth, ZNA Universitair Centrum voor Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen)

