



Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Je kijkt naar de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Borstkanker

Algemeen

Borstkanker is een kwaadaardige tumor die in de borst ontstaat. De medische term is mammacarcinoom. 1 op de 7 vrouwen krijgt te maken met borstkanker, dit geldt voor 1 op de 100 mannen.

De behandeling voor mannen en vrouwen is hetzelfde, veel informatie is geschreven voor vrouwen. Informatie voor mannen met borstkanker, kijk op de website [Mannen met borstkanker](https://www.mannenmetborstkanker.nl/) (<https://www.mannenmetborstkanker.nl/>).

Borstkanker kan soms erfelijk zijn, uw specialist zal dit in het gesprek benoemen en wanneer nodig verder doorverwijzen.

Wat is borstkanker?



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Borstkanker is een vorm van kanker die ontstaat in de borst.

Het is de meest voorkomende soort kanker bij vrouwen. Het komt ook een enkele keer bij een man voor.

Borstkanker heeft geen duidelijke oorzaak.

Schadelijke invloeden, erfelijkheid en toeval kunnen een rol spelen.

Borstkanker kan ontstaan in de melkgangen, melkklieren of in het omringende weefsel.

Als blijkt dat u borstkanker heeft, ook wel een kwaadaardige tumor genoemd...

...wordt er onderzoek gedaan naar de plek...

...de grootte van de tumor...

...en naar specifieke eigenschappen van de tumor.

Het kan nodig zijn om onderzoek te doen naar uitzaaiingen op andere plekken in het lichaam.

Na deze onderzoeken is er meer duidelijkheid over de tumor en over de behandelmogelijkheden.

De arts zal deze behandelmogelijkheden met u bespreken.

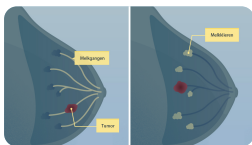
Samen neemt u een beslissing.

Uw eigen voorkeur speelt hierin een belangrijke rol.

Soorten borstkanker

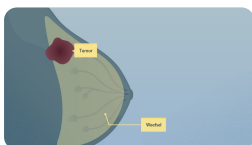
Er zijn veel verschillende soorten borstkanker. De soort zegt iets over het ontstaan, de groei en de eigenschappen.

Het ontstaan



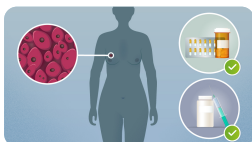
De tumor ontstaat in de melkbuisjes of in de melkklieren.

De doorgroei



De tumor kan doorgroeien in omliggende weefsels.

De eigenschappen



De tumor kan bepaalde eigenschappen hebben, waardoor we deze kunnen behandelen met hormonale therapie of doelgerichte therapie.

Soms kan er sprake zijn van een combinatie van borstkanker en een voorstadium daarvan (DCIS).

Aanvullende onderzoeken

Voor de behandeling is het soms nodig om nog verder aanvullend onderzoek te doen. Bijvoorbeeld om te kijken of er sprake is van uitzaaiingen ergens anders in het lichaam.

De chirurg beoordeelt welke aanvullende onderzoeken voor u nodig zijn en zal daarna de behandelingsopties met u bespreken.

Leven met kanker

Kanker heeft vaak gevolgen voor de kwaliteit van leven en uw sociale leven. Klachten kunnen de kwaliteit van het dagelijks leven (sterk) verminderen.

Diagnose kanker



Kanker maakt emoties los en daarbij kunnen allerlei vragen ontstaan. Word ik wel beter? Wat gaat er gebeuren?

Om u goed voor te bereiden op het gesprek met uw arts, wijzen we u op de website [B-Bewust \(https://www.b-bewust.nl/\)](https://www.b-bewust.nl/) van de borstkankervereniging.

B-Bewust kan u helpen met de voorbereiding op gesprekken die u heeft met de arts en andere hulpverleners onder andere door het maken van een checklist. Dit kan een hulpmiddel zijn bij het maken van keuzes waar u voor komt te staan.

Het kan moeilijk zijn om met dit soort vragen en emoties om te gaan. In de meeste gevallen zullen de emoties na verloop van tijd afnemen. Maar in sommige situaties kunnen ze ook ineens weer opspelen.

Tips

Hierbij geven we u een aantal tips om om te gaan met angst en onzekerheid:

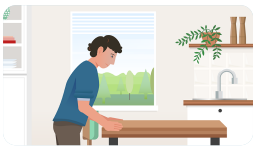
- Praat over uw gevoelens, dat kan enorm helpen. Sommige mensen vinden praten met dierbaren over hun ziekte moeilijk. Contact zoeken met een lotgenoot kan dan uitkomst bieden
- Voor sommige mensen helpt het om gedachten op papier te zetten. Hierdoor kunt u meer grip krijgen op uw gevoelens en emoties
- Zoek regelmatig afleiding. Probeer dingen te doen die u leuk vindt en verzet hiermee uw gedachten
- Sommige mensen vinden het prettig om op een actieve manier met kanker om te gaan door zich te verdiepen in mogelijke behandelingen of om door meer te lezen over kanker. Patiëntenverenigingen kunnen u hierbij helpen

Klachten



Steeds meer mensen leven langer met kanker of nadat ze genezen zijn van kanker. Dat is een positieve ontwikkeling. Wel houden veel mensen na de behandeling klachten. Deze klachten kunnen per persoon verschillend zijn.

Vermoeidheid



Bijna alle patiënten hebben tijdens een behandeling voor kanker last van vermoeidheid. Dat is normaal. De behandeling (zoals een operatie, chemotherapie of bestraling) en het reizen naar het ziekenhuis is meestal erg intensief.

Ook spanningen en onzekerheden kunnen zorgen voor vermoeidheid. Bespreek uw vermoeidheidsklachten daarom met uw arts of uw verpleegkundig consulent, want vaak zijn er mogelijkheden om de vermoeidheid te verminderen.

Tips

- Vertel uw zorgverlener dat u moe bent. Soms is er een directe oorzaak voor de vermoeidheid die behandeld kan worden
- Accepteer uw vermoeidheid en probeer er niet tegen te vechten. Doe het rustiger aan dan u gewend bent
- Probeer regelmaat in uw dagen te houden. Sta op vaste tijden op en ga op vaste tijden slapen
- Blijf actief, maar plan uw activiteiten en neem daarbij voldoende rustpauzes
- Laat u bij zware werkzaamheden helpen
- Zorg voor ontspanning. Doe niet alleen activiteiten die u nuttig vindt, maar doe regelmatig ook iets waar u plezier aan beleeft. Leuke activiteiten geven u energie. Ook ontspanningsoefeningen kunnen u helpen
- Probeer niet teveel te piekeren, dit kost energie
- Informeer de mensen in uw omgeving. Geef aan dat u kanker heeft (gehad) en daardoor regelmatig moe bent. Dit voorkomt onbegrip
- Vraag mensen in uw omgeving om te helpen. Denk hierbij aan het doen van boodschappen. Vaak zijn mensen blij dat ze iets concreets kunnen doen

Verpleegkundig consulent



Tijdens uw diagnose, behandeling en controles krijgt u begeleiding van een verpleegkundig consulent. U kunt bij haar terecht voor het bespreken van dingen waar u tegenaan loopt, ook bij vragen is zij uw eerste aanspreekpunt.



Kanker infolijn

Als u en uw naasten vragen, zorgen of twijfels hebben over de behandeling is het mogelijk om te bellen met de kanker.nl infolijn (gratis). **Telefoonnummer: 0800 022 66 22.**

U kunt uw vragen ook stellen via de mail. U kunt daarvoor op de website van [kanker.nl/infolijn](https://www.kanker.nl/infolijn) terecht. Uw vraag wordt dan via de mail of telefonisch beantwoord.

[Klik hier om naar de website te gaan. \(https://www.kanker.nl/hulp-en-ondersteuning/kankernl-infolijn\).](https://www.kanker.nl/hulp-en-ondersteuning/kankernl-infolijn)



Meer informatie over klachten en (late) gevolgen bij borstkanker

Voor meer informatie over andere voorkomende klachten bij borstkanker kunt kijken op [kanker.nl](https://www.kanker.nl/) (<https://www.kanker.nl/>) of [borstkanker.nl](https://www.borstkanker.nl/leven-met-borstkanker/late-gevolgen) (<https://www.borstkanker.nl/leven-met-borstkanker/late-gevolgen>).

Patiëntenvereniging

Borstkankervereniging Nederland (BVN)

Borstkankervereniging Nederland (BVN) is een landelijke vereniging voor mensen die te maken hebben (gehad) met borstkanker. BVN is er ook voor mensen die gendrager zijn voor borstkanker of lid zijn van een erfelijk belaste familie.



BVN vindt dat iedere borstkankerpatiënt en erfelijk belaste er op moet kunnen vertrouwen dat de beste zorg beschikbaar is. BVN maakt zich daarom op verschillende manieren hard voor zorg op maat.

[Klik hier om naar de website te gaan \(https://borstkanker.nl/nl\)](https://borstkanker.nl/nl).

Patiëntenbeweging NFK



De NFK is een samenwerkingsverband van twintig kankerpatiëntenorganisaties. De NFK vertegenwoordigt alle kankerpatiënten in Nederland en komt op voor de patiëntbelangen.

De organisatie streeft naar betere zorg en meer kwaliteit van leven.

[Ga naar de website \(https://nfk.nl/\)](https://nfk.nl/).

Meer informatie

Contact met lotgenoten



Het kan prettig zijn om uw ervaringen en gevoelens te delen met iemand in een vergelijkbare situatie. Lotgenoten kunnen elkaar vaak goed begrijpen.

Lotgenoten kunt u ontmoeten via een patiëntenorganisatie of via een inloophuis in uw regio, bv [De Skulp \(https://deskulp.nl/\)](https://deskulp.nl/). Ook via [kanker.nl \(https://www.kanker.nl/lotgenoten?](https://www.kanker.nl/lotgenoten?gad_source=1&gclid=EAlalQobChMI7vuiug2TjAMVIGtBAh1Zay5TEAAYASAAEgJyM_D_BwE)

[gad_source=1&gclid=EAlalQobChMI7vuiug2TjAMVIGtBAh1Zay5TEAAYASAAEgJyM_D_BwE\)](https://www.kanker.nl/lotgenoten?gad_source=1&gclid=EAlalQobChMI7vuiug2TjAMVIGtBAh1Zay5TEAAYASAAEgJyM_D_BwE) kunt u lotgenoten ontmoeten.

Meer informatie over kanker en de behandelingen



Wilt u meer weten over de behandeling van kanker? Dan kunt u terecht op de website kanker.nl. Hier kunt u uitgebreide informatie vinden over verschillende soorten kanker en de behandelingen van kanker.

U leest er ook ervaringen van andere patiënten en tips over hoe u met kanker kunt omgaan.

[Klik hier om naar de website te gaan. \(https://www.kanker.nl\)](https://www.kanker.nl).

