

Je moet niet gaan liggen voordat je gevallen bent

Bovenstaande uitspraak lijkt wel afkomstig van Johan Cruijff, maar hij werd gedaan door de schoonzus van een van de deelnemers aan ONCOPOL. Deze sluit helemaal aan bij de 'Stay Fit, Stay at Work'-filosofie van dit project. Hoe kunnen we iemand na een diagnose non-Hodgkinlymfoom helpen om aan het werk te blijven?

Berend (fictieve naam) was een van de eerste deelnemers aan ONCOPOL, een nieuwe interventie bij de politie die zich nog helemaal moest bewijzen. Ons doel als ONCOPOL-team is om de kans te vergroten dat medewerkers bij de politie na een diagnose kanker hun baan kunnen blijven uitoefenen. Op eigen kracht had hij kort na de diagnose contact met ons gezocht, nadat hij door een collega uit Driebergen was getipt over het bestaan van ONCOPOL. Hij had een leuke baan als woordvoerder bij de politie en wilde deze niet kwijt. Maar hoe moest hij dat aanpakken nu er non-Hodgkinlymfoom bij hem was vastgesteld en hij een zware behandeling in het vooruitzicht had?

Eerste inventarisatie

Berend's behandelplan bestond uit acht chemokuren, waarbij hij om de drie weken een dag naar het ziekenhuis moest. Het liefst wilde hij tijdens zijn behandeling met het werk verbonden blijven, liever nog probeerde hij door te



David Bruinvels

Een passende interventie opstellen

De interventie die we met het ONCOPOL-team voor Berend opstelden, bevatte allereerst een strak fitnessprogramma, om zijn goede conditie tijdens de behandeling vooral vast te houden. Een oncologisch fysiotherapeut begeleidde dit fitnessprogramma. Zo kon Berend veilig en effectief trainen, met het oog op de belastbaarheid en afgestemd op de behandelingen. Daarnaast had hij met zijn oncoloog afgesproken om gebruik te maken van hoofdhuidkoeling, om zijn haar te behouden. Voor hem een belangrijke factor om zelfverzekerd aan het werk te zijn. Halverwege de chemotherapie kwam het goede nieuws dat de non-Hodgkinlymfomen in grootte waren afgenomen. Ook zijn conditie had hij heel behoorlijk kunnen vasthouden. Alleen de hoofdhuidkoeling werd een steeds grotere opgave. Hoofdkoeling met een *ice cap* is niet fijn. De koude pijn is naar en veel mensen hebben moeite om de koeling vol te houden. Berend werd er vreselijk misselijk van.

Binnen het ONCOPOL-team gingen we daarom op zoek naar ondersteunende

interventies bij de *ice cap*. We kwamen uit op haptonomie; een interventie die wel vaker bij chemotherapie wordt aangeboden, maar waarvan het wetenschappelijk bewijs zeer beperkt is of ontbreekt. Omdat de haptonomie in dit geval uitsluitend gebruikt zou worden als hulpmiddel om de bijwerkingen van

ONCOPOL: Stay Fit, Stay at Work

de hoofdhuidkoeling dragelijk te maken, is hier toch voor gekozen. Berend heeft met de haptonomie zijn chemotherapie kunnen afmaken en kreeg na afloop te horen dat de non-Hodgkin volledig in remissie was. Zijn haar is hij tijdens de behandeling niet verloren.

Na de chemotherapie is Berend doorgaan met fitness onder begeleiding van de fysiotherapeut. Hij gaf aan dat zijn conditie na afloop misschien wel beter was dan voorafgaand aan de behandeling. Hij kan zijn eigen baan volledig uitvoeren en kan terugkijken op een geslaagd ONCOPOL-traject. Inmiddels is ONCOPOL niet meer weg te denken bij de politie. Maar hoe zit het nu met de rest van werkend Nederland? Daar moet iets vergelijkbaars toch ook mogelijk zijn?

NOOT

David Bruinvels is werkzaam als klinisch arbeidsgeneeskundige bij IKA-Ned te Amsterdam. Hij ontwikkelt daarnaast apps voor mensen met kanker bij Px HealthCare.

Neil Aaronson is groepsleider bij de sectie Psychosociaal onderzoek en epidemiologie van het Antoni van Leeuwenhoek/Nederlands Kanker Instituut te Amsterdam.

Hoofdkoeling met een ice cap is niet fijn

werken. Tijdens de intake van ONCOPOL hebben we een aantal zaken met hem doorgesproken. Wat doe je op dit moment? Heb je een fysiek zware baan? Hoe sta je in het leven en sport je regelmatig? Zijn werk als woordvoerder was fysiek niet zwaar, maar wel veeleisend – fouten kon hij zich niet veroorloven en hij moest fit en zelfverzekerd overkomen. Daarnaast stond hij actief in het leven, en sportte hij op een behoorlijk hoog niveau.