

Anne May wil oncofitness naar patiënten brengen



Afgelopen oktober werd een nieuwe internationale beweegrichtlijn voor patiënten met kanker gepresenteerd. Een van de twee opstellers namens Nederland was onderzoeker Anne May. In diezelfde maand werd zij benoemd tot hoogleraar *Klinische epidemiologie van het leven met en na kanker*. "We weten nu beter welke lichamelijke activiteit kan helpen tijdens en na de behandeling van kanker om bijwerkingen tegen te gaan en de algehele kwaliteit van leven te verbeteren."

Lichamelijke activiteit tijdens en na de behandeling van kanker helpt vermoeidheid, angst en depressie tegen te gaan, draagt bij aan een betere fysieke gesteldheid en kwaliteit van leven en leidt niet tot een toename van lymfoedeem, zo valt te lezen in [de nieuwe beweegrichtlijn voor patiënten met kanker](#). En er is méér: door te bewegen kunnen patiënten hun overlevingskansen vergroten na de diagnose borst-, dikkedarm- en prostaatkanker. Twee jaar geleden zei Anne in UMC&ZO nog voorzichtig dat de bewijzen beginnen te komen dat bewegen misschien het leven verlengt, nu is er voldoende bewijs om dit in een internationale richtlijn op te nemen.

Promotieonderzoek

Het is niet van vandaag of gisteren dat Anne zich intensief bezighoudt met de vraag wat beweging kan betekenen voor patiënten met kanker. Zij doet dit al meer dan vijftien jaar. Eerst was het de vraag of bewegen ervoor zorgt dat patiënten zich na een behandeling tegen kanker beter en fitter voelen. Anne deed daar promotieonderzoek naar. Toen de positieve uitkomst vaststond, rees de vraag of hetzelfde effect ook al tijdens de behandeling bereikt kon worden. Wederom was het antwoord 'ja', zoals onder meer bleek uit de resultaten van de PACT-studie die Anne van 2010 tot 2013 uitvoerde.

Voor deze studie startten ruim tweehonderd borst- en darmkankerpatiënten binnen zes weken na de diagnose een intensief sportprogramma van achttien weken: twee keer per week een intervaltraining fietsen, roeien of lopen en krachttraining. Het bleek dat zij zich tijdens de doorgaans afmattende chemotherapie minder moe voelden dan de patiënten die niet extra sportten.

Hartschade

Daarna begon Anne aan een follow up-studie bij de borstkankerpatiënten van de PACT-groep en bij borstkankerpatiënten van het Antoni van Leeuwenhoek die eerder ook eenzelfde soort trainingsprogramma (PACES) doorliepen. Dit onderzoek is gericht op de vraag of het beweegprogramma ook effecten heeft op de lange termijn. Anne: "Zou het kunnen dat sporten tijdens de chemotherapie de vrouwen beschermt tegen hartschade – een mogelijk gevolg van deze behandeling?" De meetperiode van deze PACT-PACES-HEART studie begon in maart 2018 en de laatste vrouwen zullen in 2020 naar het UMC Utrecht komen voor de metingen.

Sterk netwerk

Het is een van de dingen die ze "van het grootste belang" vindt: samenwerking met andere partijen, zoals voor de PACT-PACES-HEART studie bijvoorbeeld met het Antoni van Leeuwenhoek. En hetzelfde geldt voor de samenwerking tussen lab en kliniek bij wetenschappelijk onderzoek. "Het is belangrijk dat we in het lab onderzoek doen naar de onderliggende mechanismen van de positieve effecten van bewegen."

Deze bevindingen kunnen we dan weer meenemen in onze patiënten studies." Daarnaast zet Anne zich er voor in om de kennis over bewegen en kanker naar patiënten te brengen. "Artsen en verpleegkundigen zouden lichaamsbeweging structureel met hun patiënten moeten bespreken en zo nodig verwijzen naar de juiste plek." Nederland heeft een sterk netwerk van fysiotherapeuten met expertise op het gebied van kanker. Via [OncoNet](#) kunnen patiënten dicht bij huis een goed geschoolde fysiotherapeut vinden. Ze benadrukt dat het belangrijk is dat patiënten ook na het begeleide beweegprogramma blijven sporten. "Sinds kort kunnen ze dat op sommige plaatsen doen bij fitnessinstructeurs met extra kennis op het gebied van kanker. Het UMC Utrecht heeft hiervoor het [OncoFitness project](#) voor de regio Utrecht opgestart."

Nieuw onderzoek

Er is nog nagenoeg geen onderzoek gedaan naar de effecten van bewegen bij patiënten met uitgezaaide ziekte. Daarom heeft Anne het [PREFERABLE-consortium](#) opgericht waarvoor zij samen met collega's in Europa en Australië een H2020 subsidie heeft ontvangen en onderzoek doet naar effecten van bewegen bij patiënten met uitgezaaide borstkanker. In januari 2020 zal in het UMC Utrecht de allereerste patiënt in de studie worden ingesloten. Gedurende 2 jaar zullen in totaal 340 patiënten deelnemen aan de studie.