

## Nazorg en nacontroles na de behandeling van borstkanker op de polikliniek Heelkunde

U bent de afgelopen periode behandeld voor borstkanker. Met deze folder willen we u informeren over de periode van nazorg en nacontroles. Het kan zijn dat u dan nog steeds behandeld wordt met hormoontherapie en/of chemotherapie. De woorden nazorg en nacontrole worden vaak door elkaar gebruikt, maar zijn verschillend. Hieronder leggen we het uit.

### Nacontrole

Het doel van de nacontrole is om eventuele terugkeer van borstkanker vroeg op te sporen. De nacontrole bestaat uit lichamelijk onderzoek en jaarlijkse borstfoto's (mammografie). Zo ontdekken we tijdig eventuele (lokale) terugkeer van tumoren of het ontstaan van nieuwe tumoren.

De nacontrole bestaat uit vaste afspraken, afhankelijk van de behandeling die u heeft gekregen. U blijft voor een periode van tenminste 3 jaar onder controle van uw oncologisch chirurg en/of verpleegkundig specialist.

Soms komt u daarnaast op controle bij de internist-oncoloog en/of radiotherapeut. Wanneer deze afspraken zijn, is afhankelijk van de behandeling en eventuele klachten. Uw behandelend arts zal dit met u bespreken.

### Nazorg

Met nazorg helpen we u bij uw herstel. Borstkanker en de behandeling daarvan hebben gevolgen voor uw leven. U bespreekt met uw zorgverlener of u last heeft van de gevolgen van de behandelingen, wat u er zelf aan kunt doen en waar u hulp bij kunt krijgen. Dit kan bijvoorbeeld gaan over omgaan met lichamelijke gevolgen of hulp bij het verwerken van emotionele gevolgen.

U krijgt een informatieblad '**Nazorg Keuzehulp**' mee. Hierop staat hoe u online kunt inloggen op de digitale 'Nazorg Keuzehulp'. In deze keuzehulp vindt u informatie en tips om verder te herstellen bij klachten. Daarnaast helpen de vragen in de keuzehulp u om na te denken over uw herstel: hoe gaat het en wat wilt u dat er verbetert?

Samen met uw mammacare verpleegkundige of verpleegkundig specialist bespreekt u hoe u wilt werken aan uw herstel. Een gesprek over de nazorg zal 2-6 maanden na de operatie plaatsvinden. Wilt u ongeveer 2 weken vóór het nazorggesprek de vragen van de Keuzehulp invullen en de uitgeprinte samenvatting meenemen naar het nazorggesprek?

Daarnaast vragen we u tweemaal (voor het nazorggesprek en de 1e jaarcontrole) een **vragenlijst** in te vullen, de zogenaamde 'miniPROMs' (Patient Reported Outcome Measures). Hierin wordt gevraagd hoe het met u gaat. De ingevulde vragenlijst zal tijdens de afspraak worden besproken.

### Controleschema bij de Heelkunde

Hieronder vindt u een voorbeeldschema voor de nazorg en nacontroles. Let op: het controleschema is een richtlijn. Soms kan in overleg met u van het schema worden afgeweken.

|                     | 2-6 maanden                                                           | 1 jaar                                             | 2 jaar                             | 3 jaar        |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------|---------------|
| <i>Doel</i>         | Nazorggesprek                                                         | Nacontrole                                         | Nacontrole                         | Nacontrole    |
| <i>Vragenlijst</i>  | 2 weken van tevoren invullen Nazorg Keuzehulp & miniPROMs vragenlijst | 2 weken van tevoren invullen miniPROMs vragenlijst | X                                  | X             |
| <i>Waar</i>         | U kiest: ziekenhuis of telefonisch                                    | Ziekenhuis                                         | U kiest: ziekenhuis of telefonisch | Ziekenhuis    |
| <i>Zorgverlener</i> | Mammacare-verpleegkundige of VS                                       | Chirurg of VS                                      | Chirurg of VS                      | Chirurg of VS |

VS = Verpleegkundig specialist

## Vroege opsporing

Uit onderzoek is gebleken dat routineonderzoeken van het bloed en scans van het lichaam weinig bijdragen aan de vroege opsporing van terugkeer van kanker. Daarom doen we deze onderzoeken alleen als u klachten heeft of in het kader van wetenschappelijk onderzoek.

## Wanneer moet ik contact opnemen?

Het is belangrijk om te letten op signalen van uw lichaam. Dat is soms best lastig. Het is normaal om af en toe ergens iets te merken of te voelen.

Signalen waarbij u contact moet/kunt opnemen:

- Bij het voelen van een nieuw knobbeltje of andere veranderingen (verdikking van de huid of verandering van het litteken) aan 1 van de borsten of de behandelde borst.
- Bij klachten die u niet bekend voorkomen, die steeds erger worden en langer (enkele weken) aanhouden. De klachten hoeven niets met borstkanker te maken te hebben. Deze klachten kunnen bestaan uit kortademigheid (die u voorheen niet had), pijn bij de ademhaling, gewichtsverlies zonder aanwijsbare oorzaak, aanhoudende botpijn (bijv. in nek of rug), aanhoudende buikpijn, toenemende buikomvang, of ernstige hoofdpijn die niet reageert op pijnstillers.

## Zelf contact opnemen/afspraak maken met uw mammacare-verpleegkundige

Tijdens de vaste nacontrolemomenten is er ruimte om uw klachten of vragen te bespreken. Daarnaast kunt u ook zelf contact opnemen met uw verpleegkundige, als uw herstel moeizaam of anders verloopt

dan u had verwacht. Zij bespreekt samen met u de klachten of vragen en kan u, als dat gewenst is, verwijzen naar andere hulpverleners.

## Contactgegevens:

Mammacare Den Haag: 06-30600865

Mammacare Zoetermeer: 079-3462814

## Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

### Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

### Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

### Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

### Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

585823092025