



# (BORST)KANKER PREVENTIE



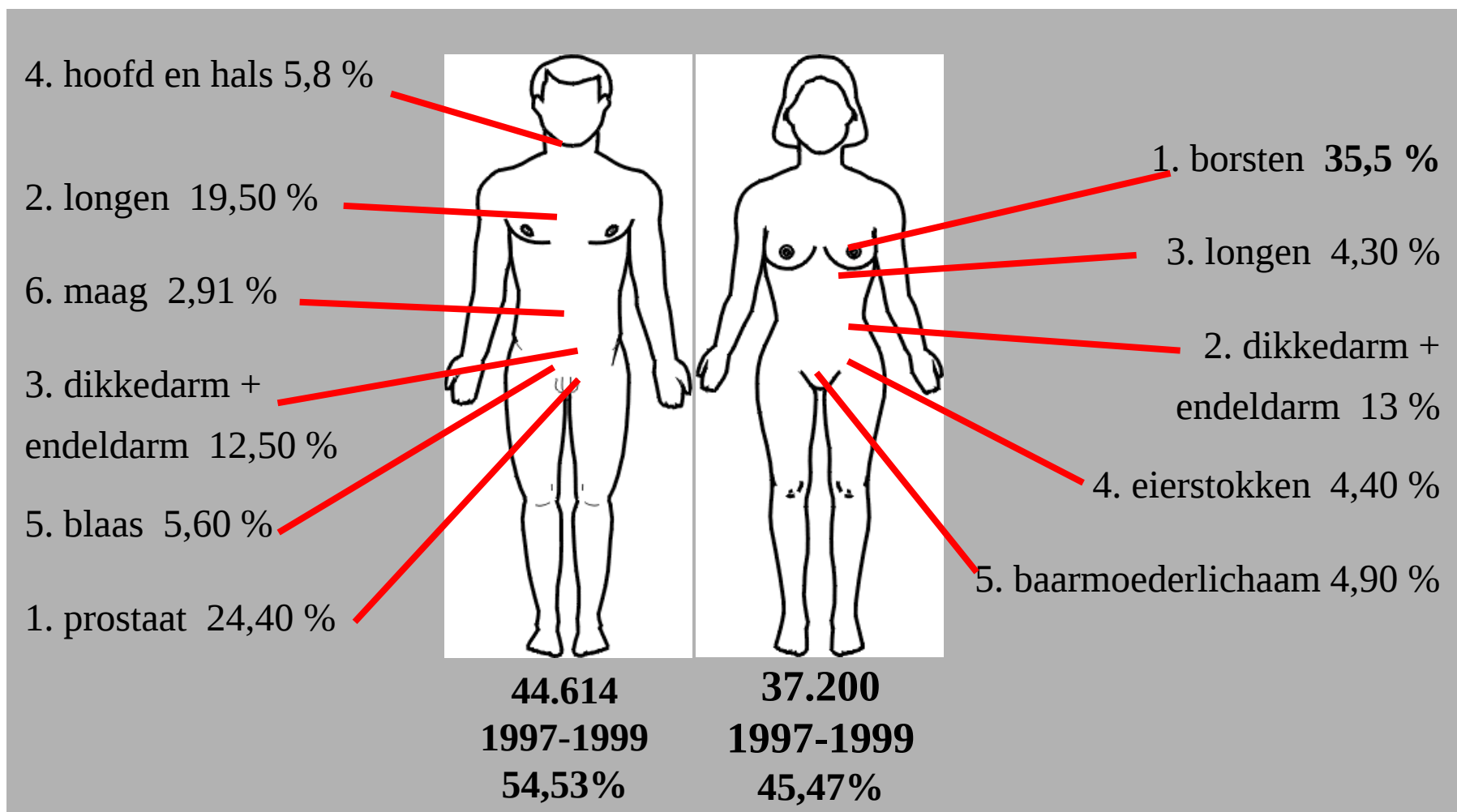
# 1. Inleiding

- Naam en leeftijd deelnemers
- Wie van deelnemers komt in aanmerking voor de gratis borstkankerscreening?

- **Kent u iemand in de familie die kanker heeft?** (Openheid om erover te praten)
- **Kent u iemand die genezen is van kanker?**
- **Erfelijkheid** (grootmoeder, moeder en zus?)
- **Noodzakelijk om erover te praten!!!**

- **1 op 3 Vlamingen zal ooit kanker krijgen**
- **1 op 8 krijgt borstkanker en 82% geneest**
- **Genezing is mogelijk, maar afhankelijk van soort kanker + stadium van kanker**

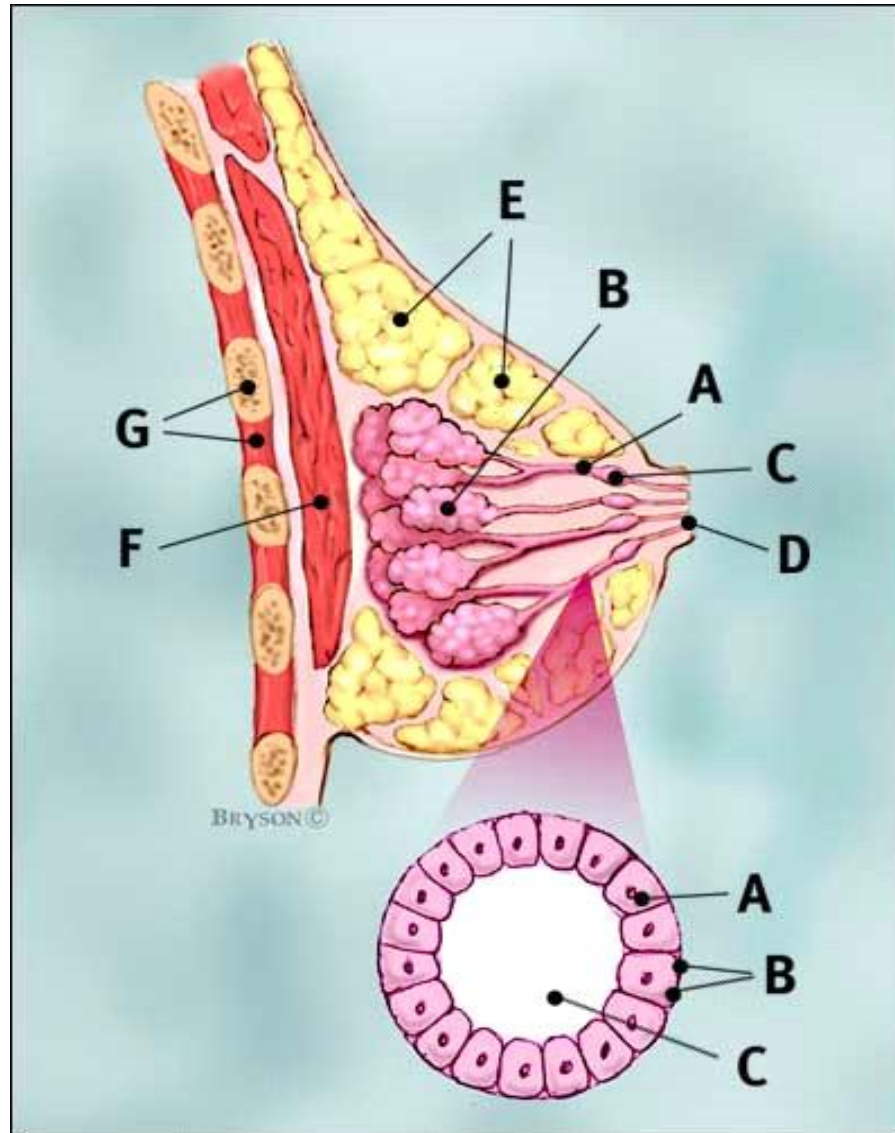
# De meest voorkomende kankers



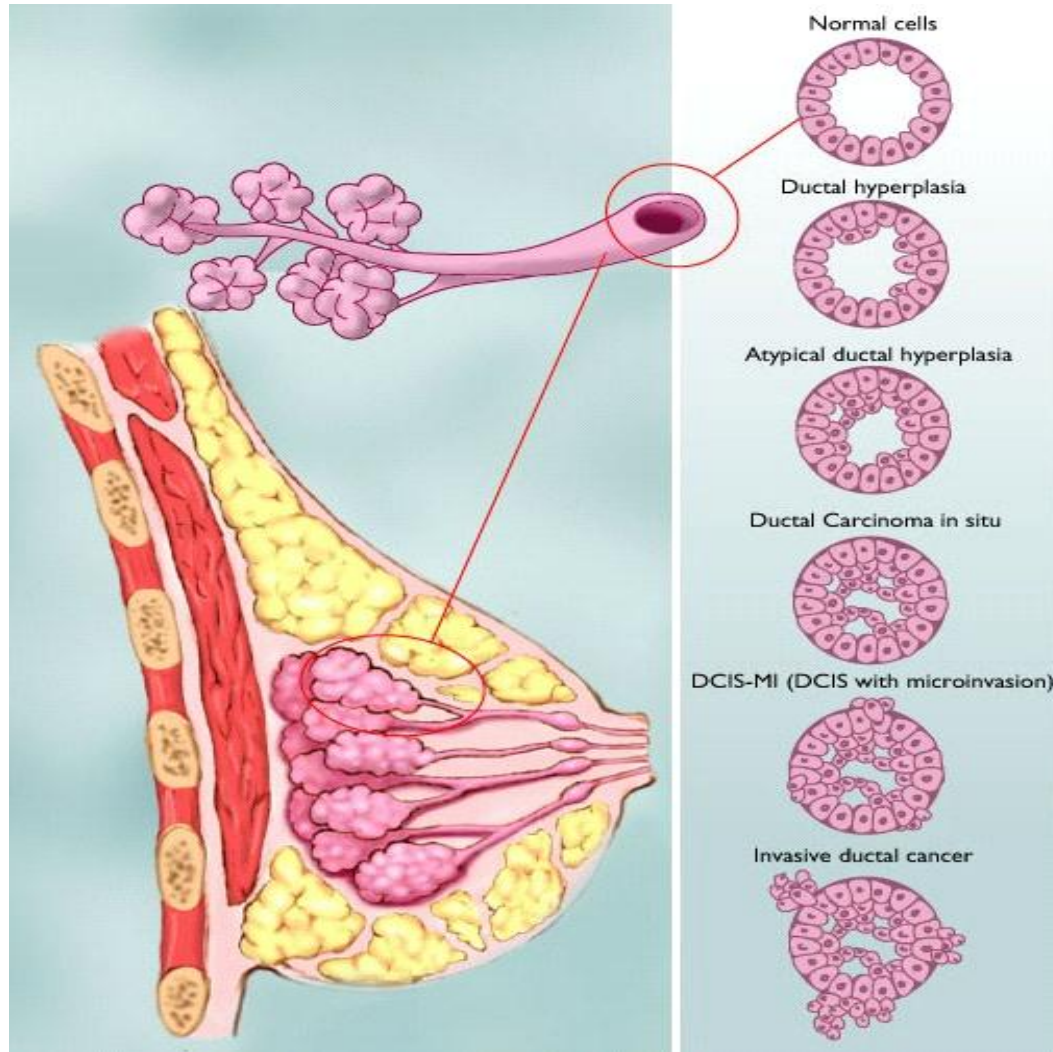
## **2. Wat is kanker?**

**KANKER IS EEN *WOEKERING OF GROEI*  
VAN ABNORMALE CELLEN.**

# Anatomie van de borst

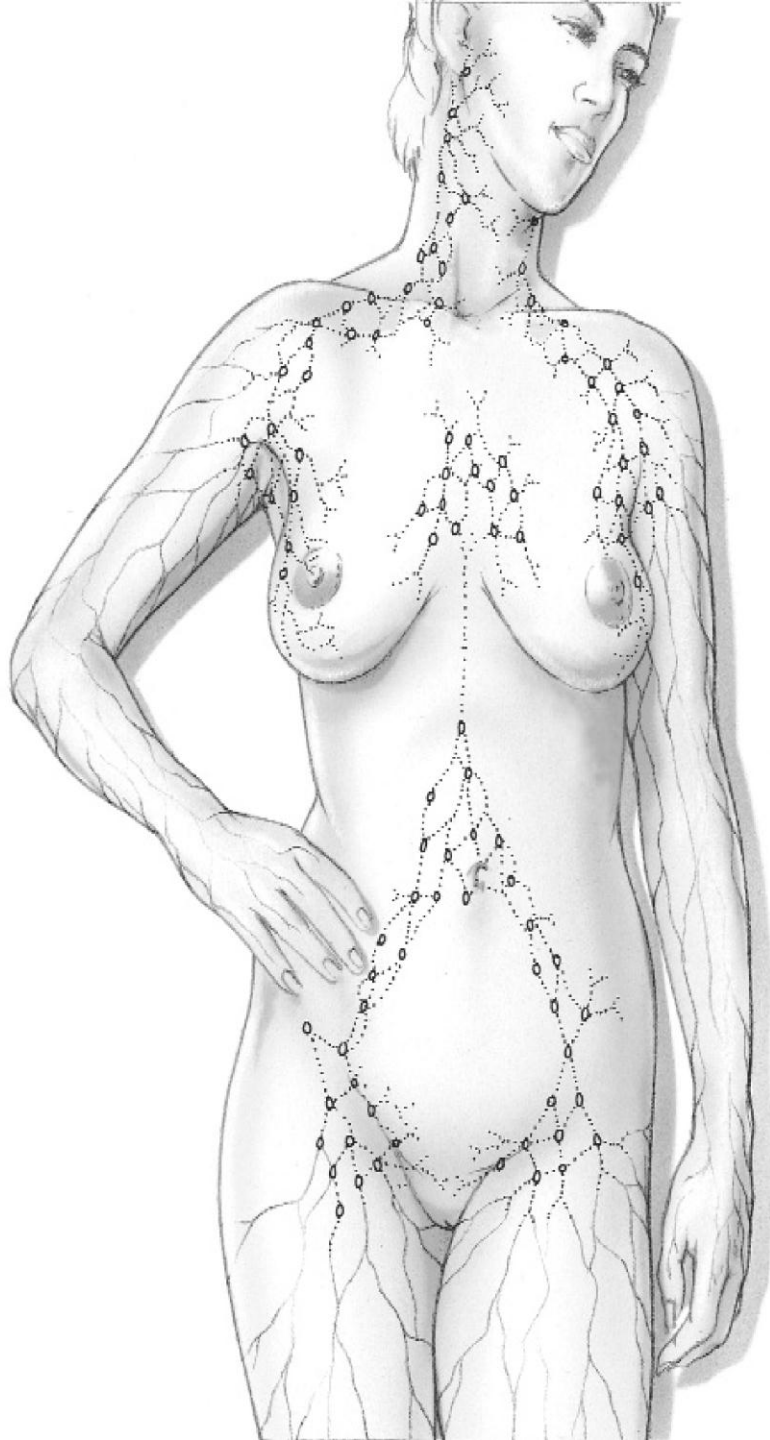


# Celwoekering van de borst

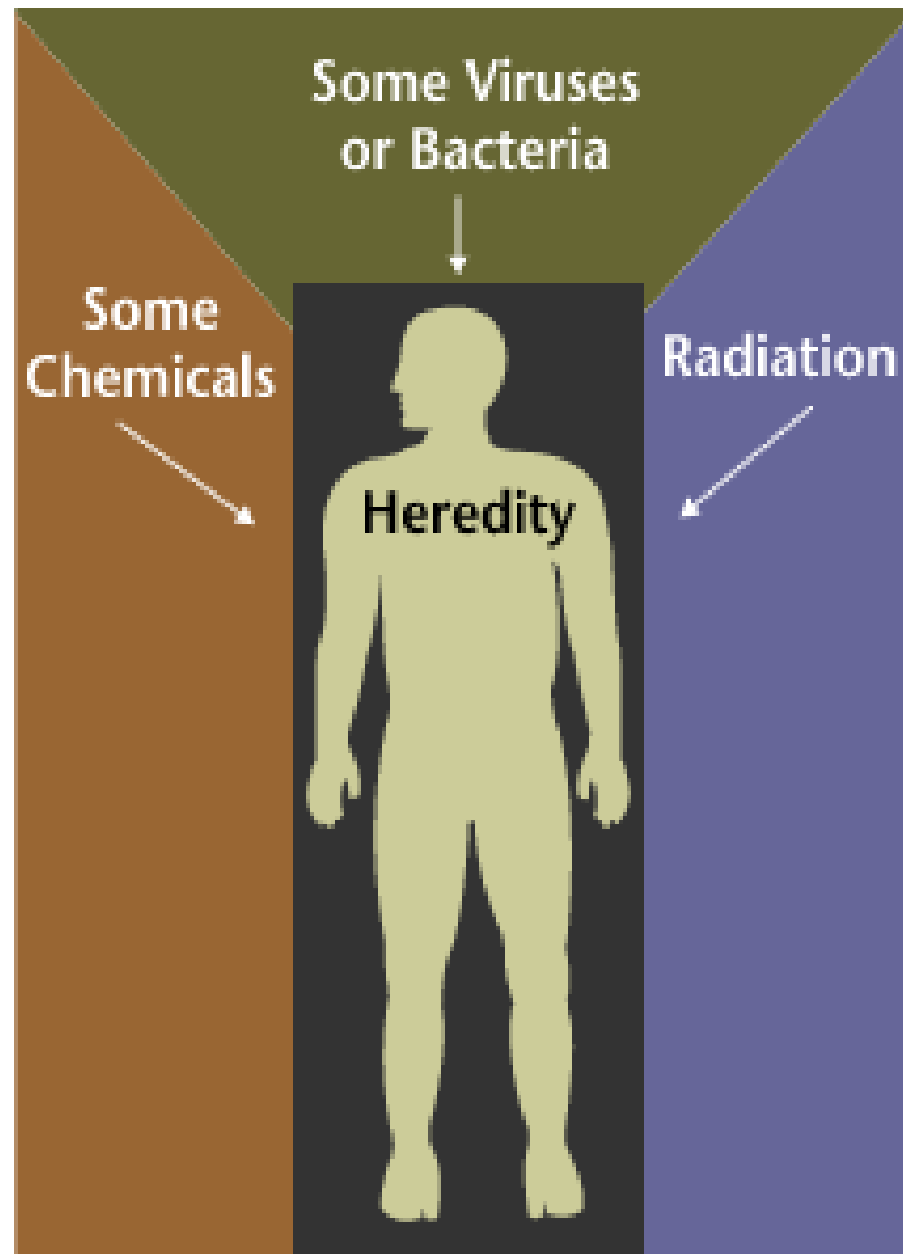


# UITZAAIINGEN

- Abnormale cellen - **KANKERCELLEN** kunnen zich verplaatsen in het lichaam via:
  - BLOEDVATEN
  - LYMFEVATEN
- En dan ontstaan er **UITZAAIINGEN**.



### **3. Oorzaak van kanker ?**



## 3.1 Chemicaliën en rook

| Bedrijfstak                    | Soort stof                     | Soort kanker               |
|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------|
| kleurstoffen-industrie         | bepaalde kleurstoffen          | blaaskanker                |
| teerproductie en -verwerking   | steen kool-teer                | huidkanker                 |
| asbestdelving<br>scheepswerven | asbest                         | long- en borst-vlieskanker |
| chemische industrie            | vinylchloride                  | leverkanker                |
| metaalindustrie                | arseen- en nikkel-verbindingen | long kanker en neuskanker  |
| olieraffinage                  | benzeen                        | leukemie                   |

# Tabak

- Voornaamste oorzaak van longkanker
- Andere kankers:
  - Hoofd- en hals kanker (mond, keel...)
  - Slokdarmkanker, maagkanker
  - Pancreaskanker, nierkanker
  - Blaaskanker
- > 1/3 kankerdoden w. veroorzaakt door tabak

NON-SMOKER'S  
LUNG



a.

SMOKER'S  
LUNG

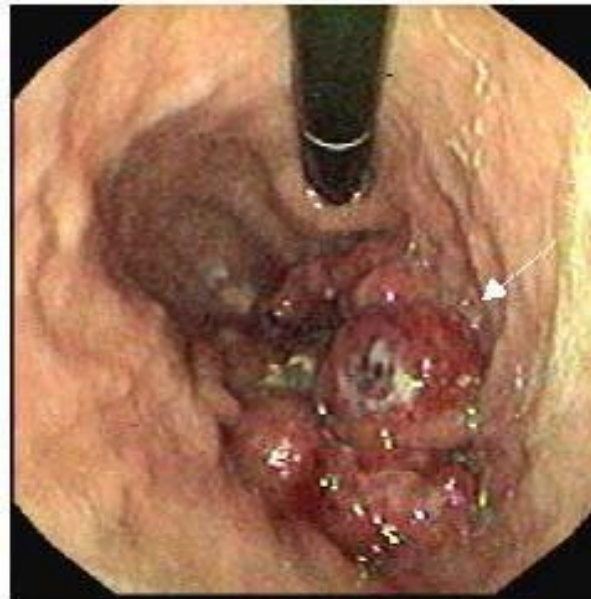


b.

## 3.2. UV straling (vb Melanoma)

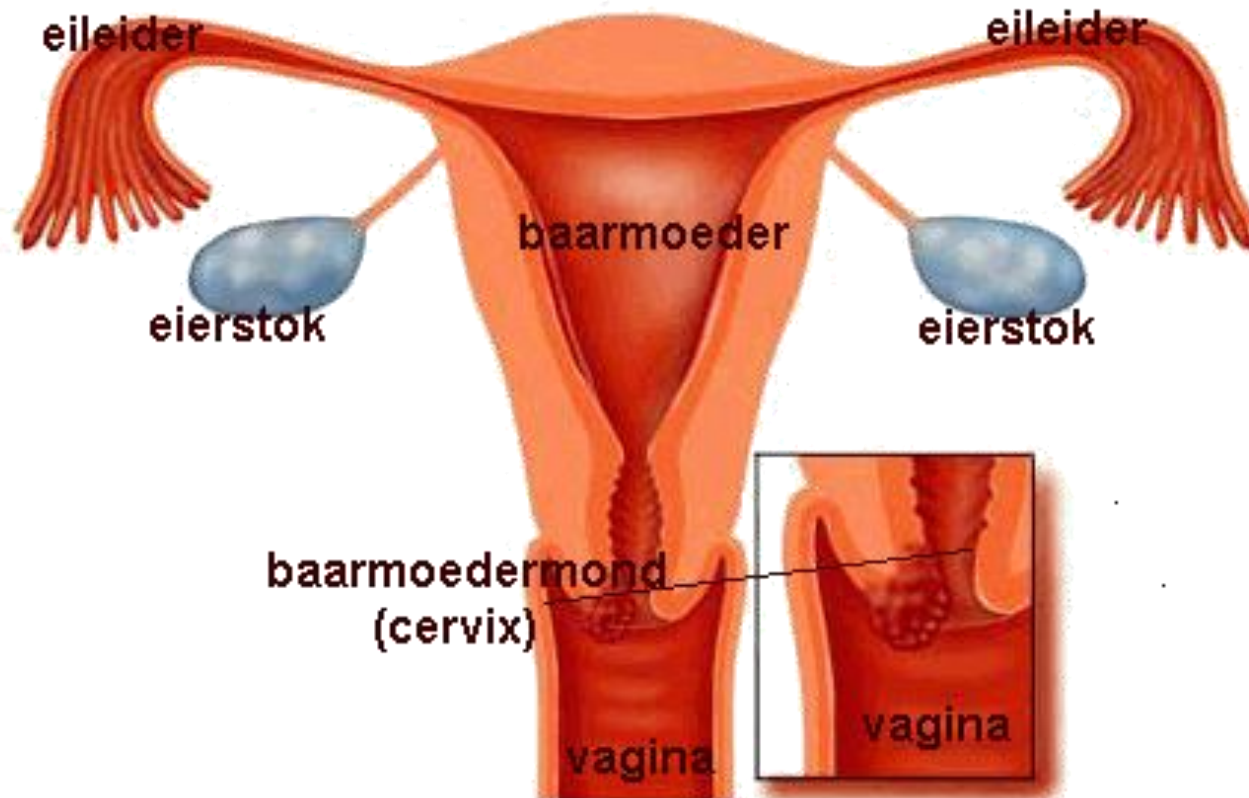


### 3.3. Bacteriën (vb maagkanker)



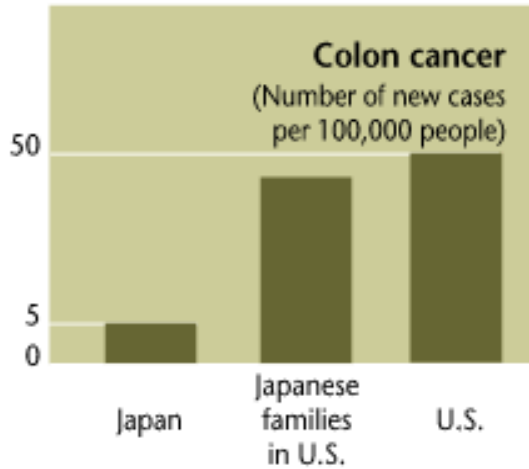
## 3.4. Virussen

(vb baarmoederhalskanker)

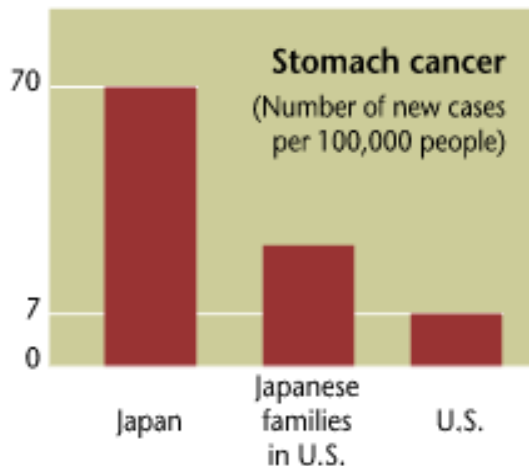


# 3.5 Erfelijkheid ?

## Omgevingsfactoren ?

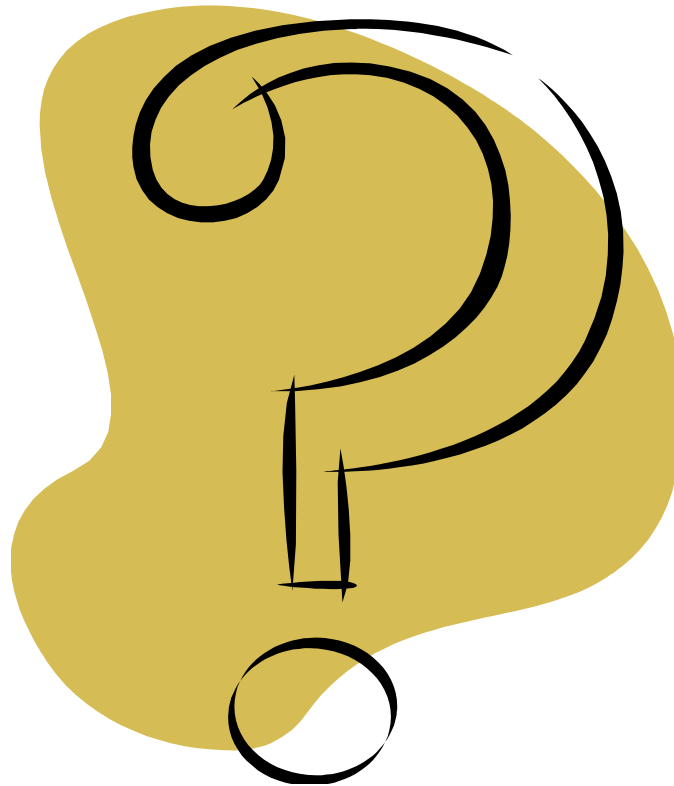


- Darmkanker



- Maagkanker

## 3.6. onbekende factoren



# 4. Behandelingsmethoden

- Chirurgie
- Chemotherapie
- Radiotherapie
- Andere behandelingen



# 5. Borstkanker



# 5.1 Inleiding



BORSTEN ....

... vruchtbaarheid

... moederschap

... vrouwelijkheid

... seksualiteit

...

ideaalbeeld

veranderd

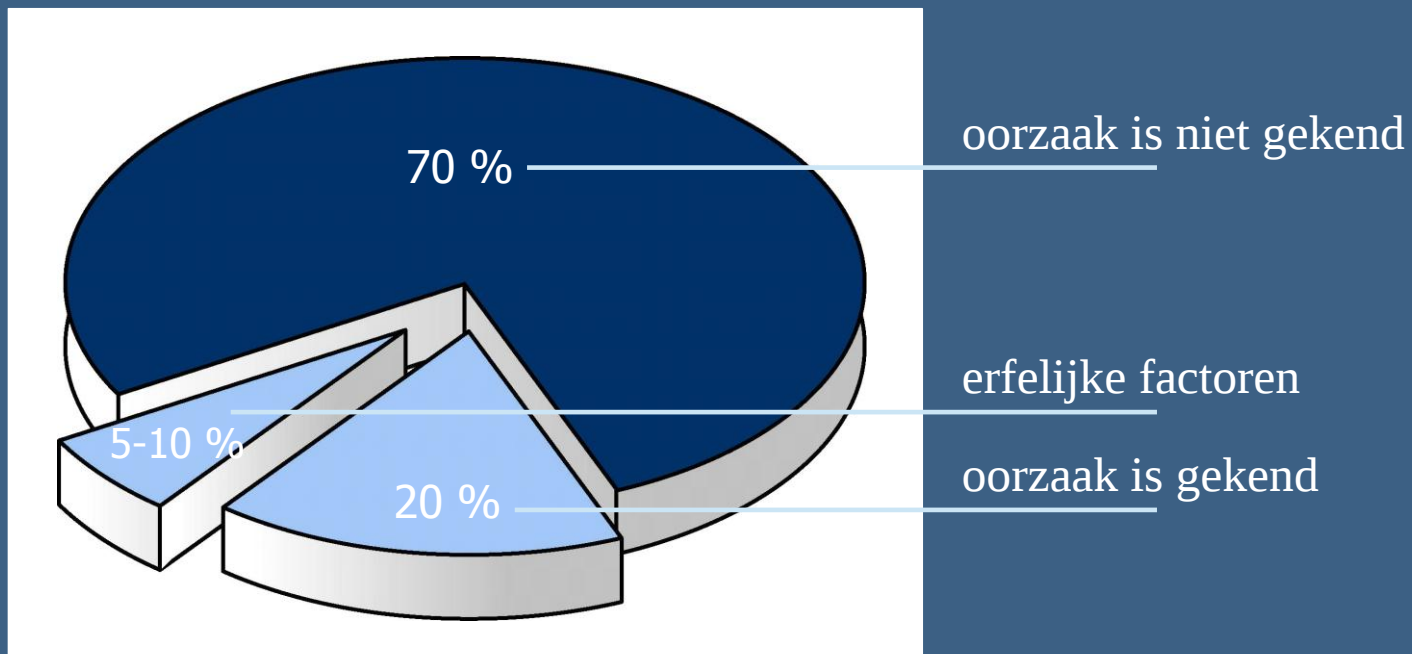
cultuurgebonden



## 5.2 oorzaken en risicofactoren

Kan borstkanker voorkomen worden?

### RISICOFACTOREN



# Borstkanker als gezondheidsprobleem

*Borstkanker is de meest voorkomende vorm van kanker bij vrouwen in Vlaanderen*



|                |        |
|----------------|--------|
| borst          | 35,5 % |
| dikke darm     | 13,9 % |
| baarmoeder     | 5,4 %  |
| eierstok       | 4,6 %  |
| long           | 4,1 %  |
| baarmoederhals | 2,9 %  |

*Jaarlijks wordt in Vlaanderen bij ongeveer 4 000 vrouwen borstkanker vastgesteld. Ongeveer 2 op 3 vrouwen overleven de ziekte; 1 op 3 vrouwen sterft eraan.*

# FACTOREN NIET IN DE HAND!

## GESLACHT

- De kans dat een vrouw borstkanker krijgt is 150 X groter dan bij een man!
- Dus vrouw zijn = een RISICOFACITOR!



## LEEFTIJD

- De kans om borstkanker te krijgen neemt toe met de leeftijd.
- 77% van de vrouwen met borstkanker
- zijn ouder dan 50 JAAR.



## FAMILIAAL

- Er is een verhoogd risico indien er in uw familie  
BORSTKANKER voorkomt!

dwz.: UW MOEDER,  
GROOTMOEDER  
ZUS HEEFT BORSTKANKER  
GEHAD.



## **ERFELIJK**

- **Dragers van een borstkankergen hebben een sterk verhoogd risico op borstkanker.**
- **Slechts 5% van de borstkankers zijn ERFELIJK!**
- **dwz.: 95% van de BORSTKANKERS ANDERE OORZAAK!**



## HORMONALE INVLOEDEN

- meer risico op borstkanker:  
Eerste menstruatie VÓÓR de  
Leeftijd van 12 JAAR.

menopauze pas optreedt na  
de leeftijd 50 JAAR.

eerste maal zwanger na 35 J.



## BORSTPROBLEMEN VERLEDEN

- Vrouwen die in het verleden goedaardige of kwaadaardige borstgezwollen hebben gehad:
- ZIJ LOPEN EEN GROTER RISICO!



# FACTOREN WEL IN DE HAND!

- Menopauzale klachten:  
Een langdurige HORMONALE behandeling doet het risico op BORSTKANKER TOENEMEN!
- Indien MENOPAUAZALE behandeling:  
Regelmatige controle door ARTS.



## ALCOHOL / ROKEN

- Overmatig gebruik van

ALCOHOL

ROKEN

VERHOOGT ook het

RISICO OP BORSTKANKER!



## ZWAARLIJVIGHEID

- OVERGEWICHT verhoogt  
het RISICO OP BORSTKANKER!
- VOORAL overgewicht NA de MENOPAUZE.



## ANTICONCEPTIEPIL

- Meestal geen bezwaar tegen anticonceptie  
“DE PIL”
- Verhoogt de kans op kanker slechts zeer licht!
- BESCHERMT tegen BAARMOEDER-  
EN EIERSTOKKANKER.



## BORSTVOEDING

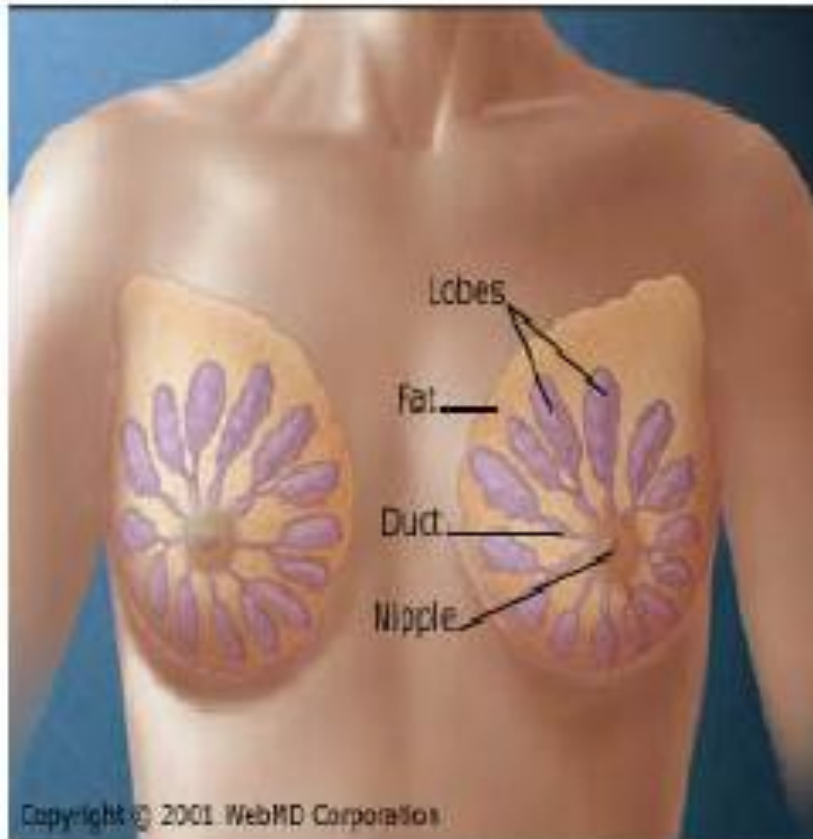
- Het geven van BORSTVOEDING  
VERLAAGT het risico op  
Borstkanker VOOR de MENOPAUIZE!
- Hoe langer je borstvoeding geeft,  
Hoe langer er een  
Hormoononderdrukking is.



**Is STRESS een oorzaak van  
kanker?**

- Er is **geen** enkel wetenschappelijk bewijs dat stress kanker veroorzaakt!

## 5.3. Diagnose van borstkanker



De gezonde borst

TEPEL

VETWEEFSEL

MELKKLIEREN

MELKGANGEN

# Ineens verandert er iets

- Veel voorkomende veranderingen:  
ontstekingen, gevoelige/pijnlijke borsten, verlies van  
melkachtig vocht uit de tepels, vetknobbeltje, cyste, ...

Ze zijn meestal goedaardig.

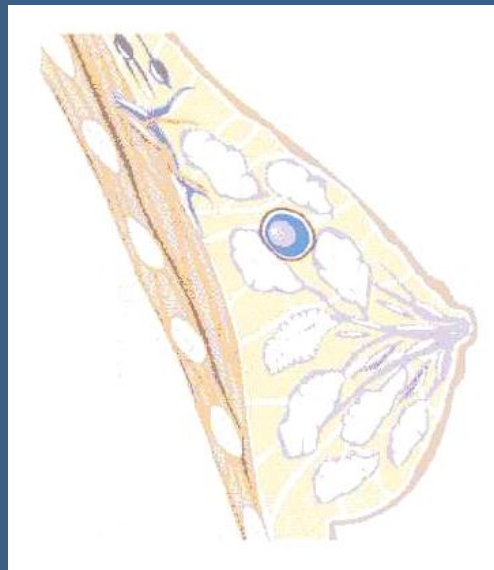
- Minder vaak voorkomende veranderingen:  
bloed uit de tepel, sinaasappelhuid, ...

Ze zijn meestal kwaadaardig.

# GOEDAARDIGE knobbeltjes



Papilloom



Cyste

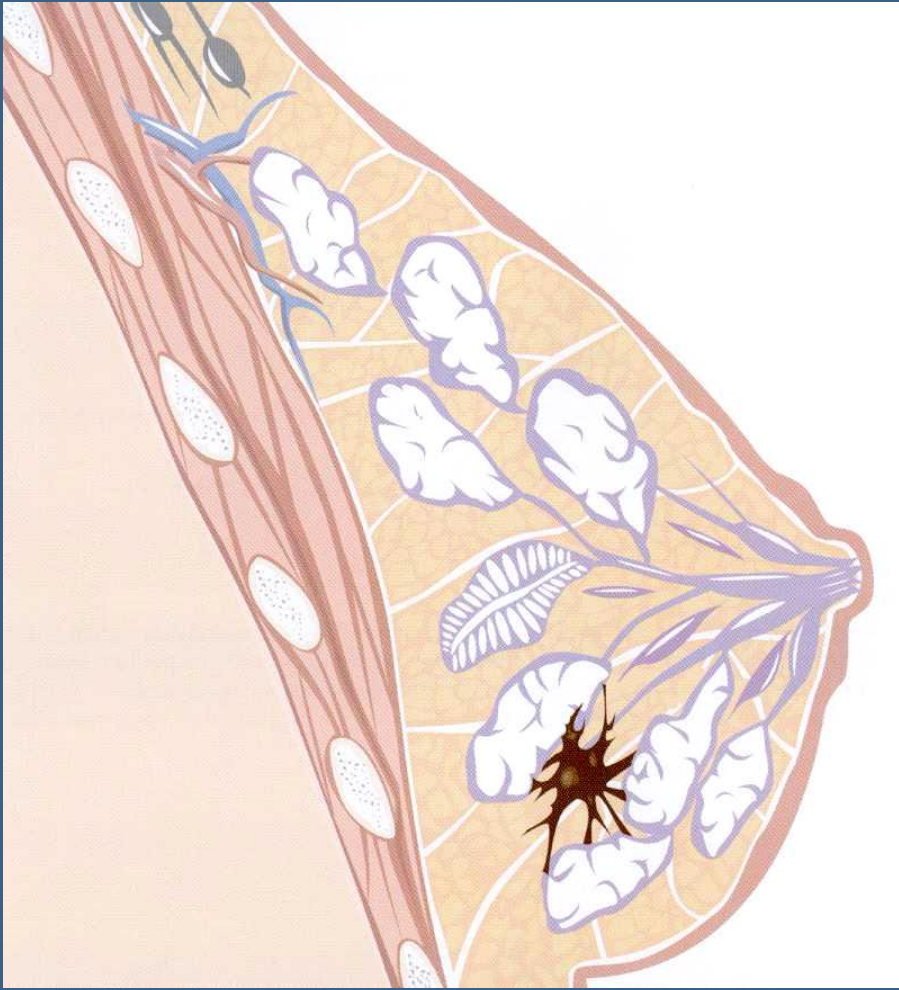


Fibro-  
adenoom



Lipoom

# KWAADAARDIGE knobbeltjes



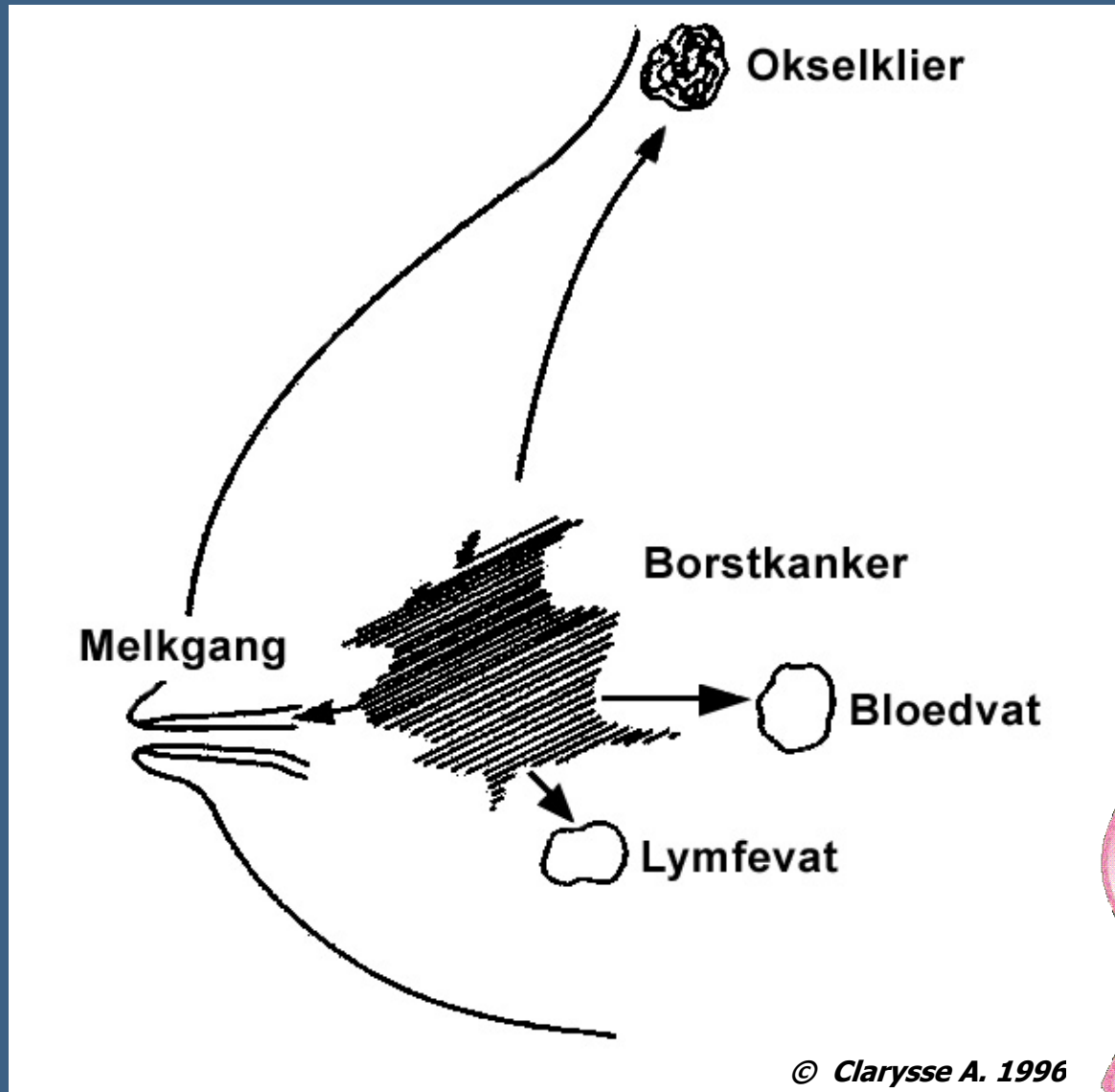
verschillende soorten

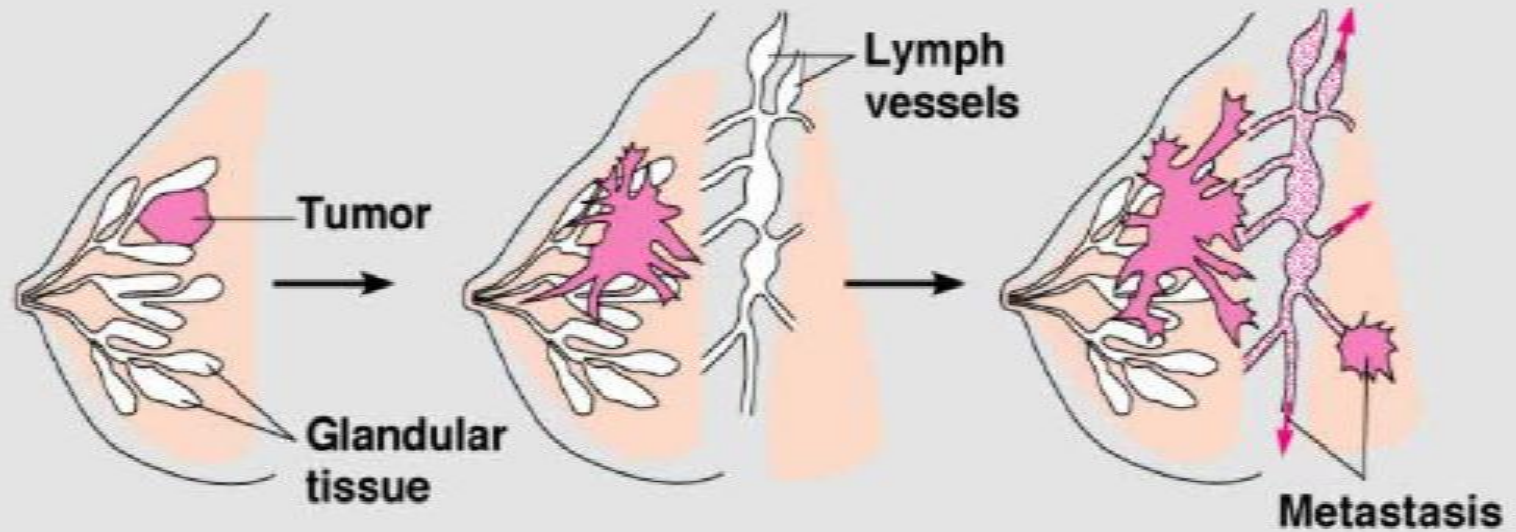
meestal trage groei

vanaf 1 mm opspoorbaar  
via goed uitgevoerde  
mammografie

vanaf 2-3 cm pas  
voelbaar

# Uitzaaiing





**A tumor grows from a single cancer cell.**

**Cancer cells invade neighboring tissue.**

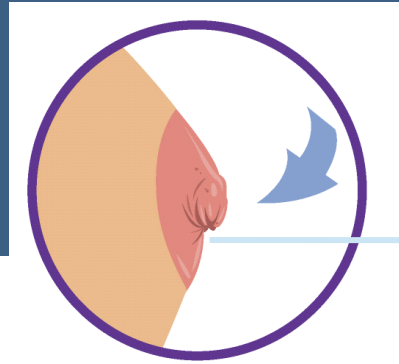
**Cancer cells spread through lymph and blood vessels to other parts of the body.**

©Addison Wesley Longman, Inc.



# BREAST AWARENESS

## Waarop letten?



intrekking van de tepel

knobbeltje

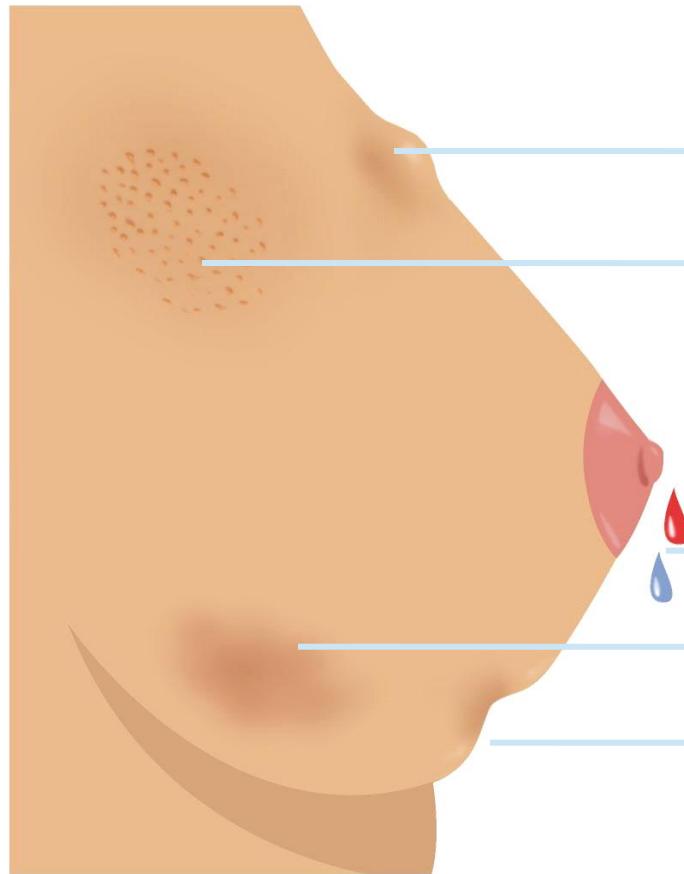
sinaasappelhuid

1 borst wordt groter

bloed- of vochtverlies

verkleuring

intrekking van de huid



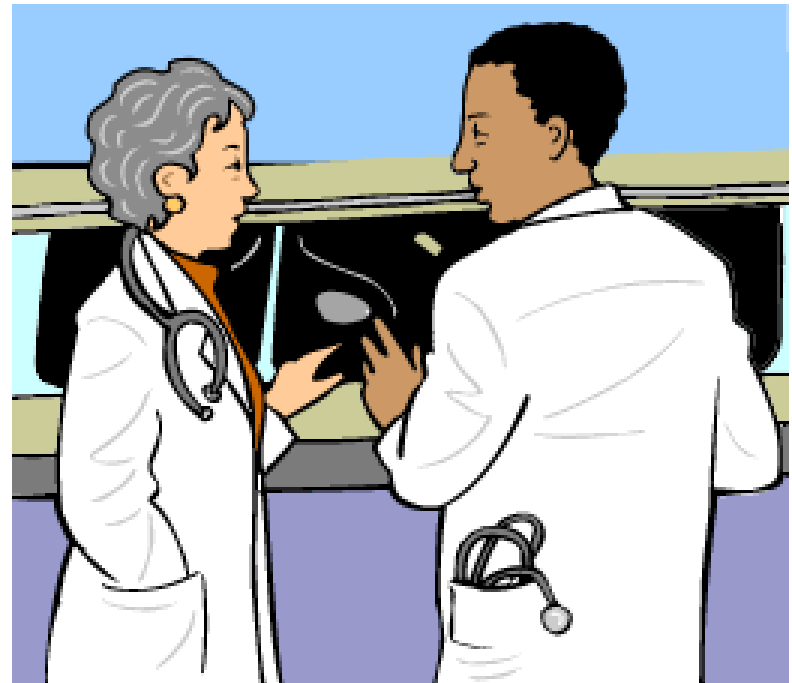
# Is borstkanker gevaarlijk?

- 1 op 3 vrouwen **STERFT** aan **BORSTKANKER!**
- 2 op 3 **OVERLEEFT**
- Vroege diagnose = **MÉÉR KANS** op overleven!
- **GROOTTE** van **GEZWEL** of **UITZAAIINGEN** spelen een **ROL**.



# Diagnose zo vroeg mogelijk ...

- Patiënt:
  - Klacht
  - Zelfonderzoek
- Arts
  - Vragen
  - Klinisch onderzoek
- Bijkomende onderzoeken
- Biopsie



## 5.4. Borstkankerpreventie

- Gezond leven
- borsten onderzoeken
- Bij twijfel naar
  - huisarts
  - gynaecoloog

## ACTIEVE LEVENSTIJL

- Vrouwen die regelmatig bewegen hebben minder kans op borstkanker.

- Elke dag 30 min bewegen:

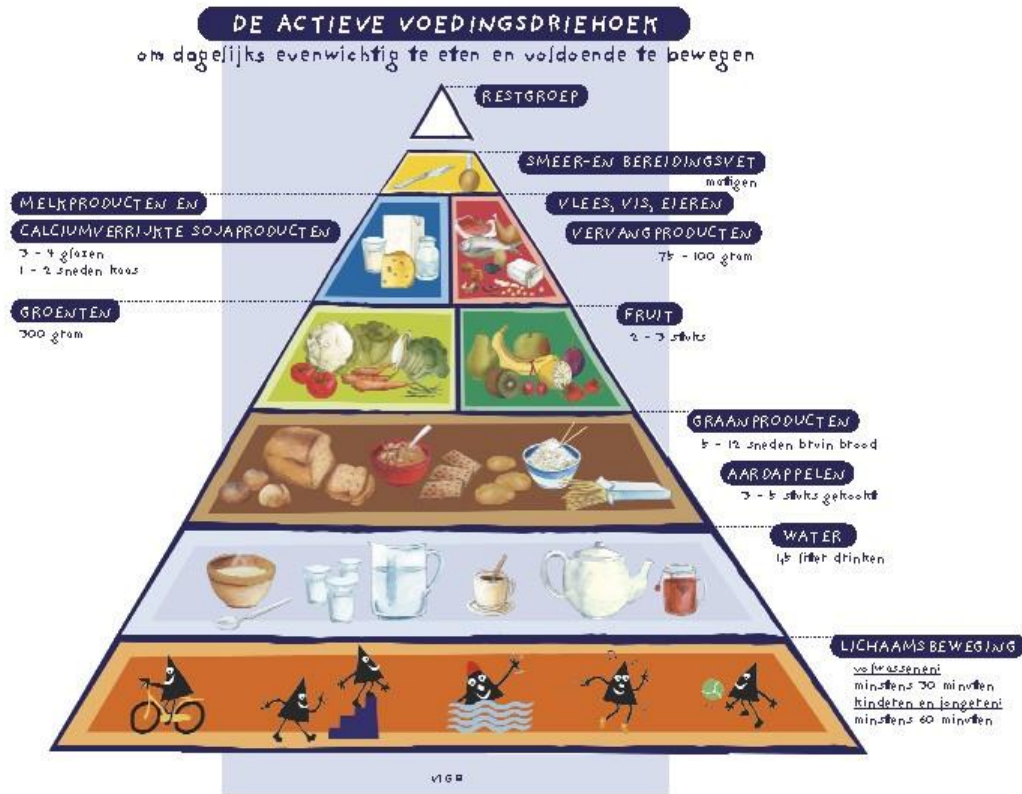
Neem de fiets of ga te voet winkelen!

- Wandelen fietsen zwemmen is

**GEZONDE ONTSPANNING!**



# •gezond eten



# Waarom borstkankerpreventie?

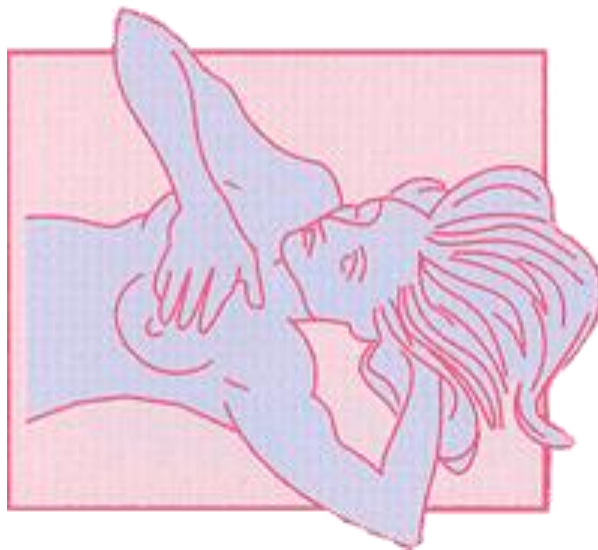
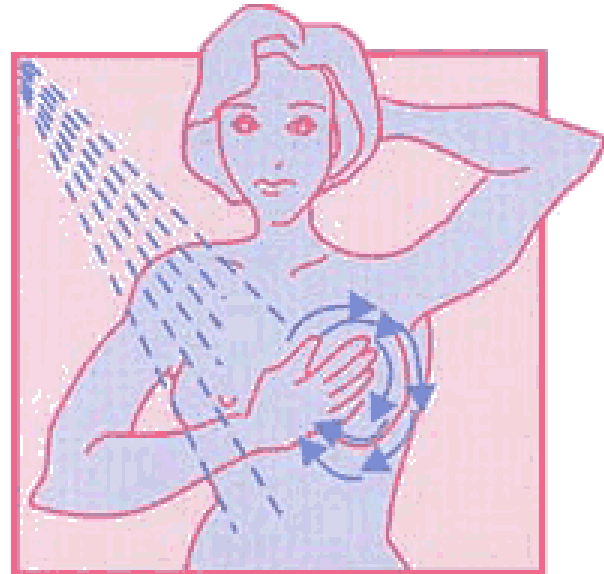
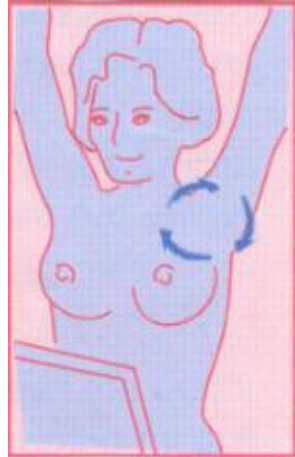
- Meest voorkomende kanker bij vrouwen!  
BORSTKANKER in Vlaanderen:
- 1 op 8 vrouwen KRIJGT  
BORSTKANKER!
- Hoe VROEGER ONTDEKT hoe meer  
op GENEZING!



# zelfonderzoek

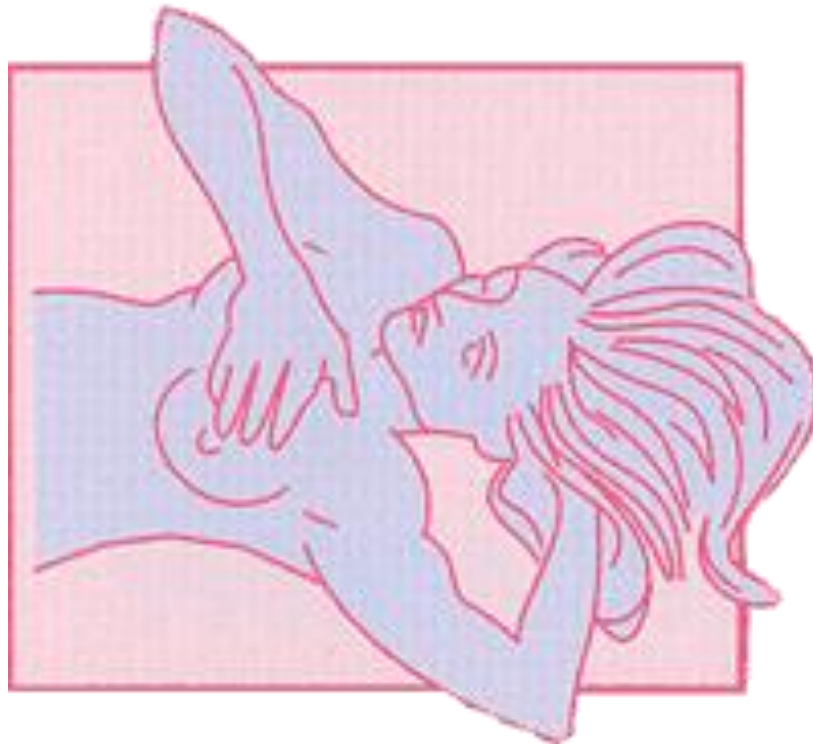
- Borstgezwel meestal door vrouw zelf ontdekt
- Voor alle leeftijden
  - Vanaf 20 jaar maandelijks!
  - Indien menopauze elke maand zelfde dag
- Tijdstip: 1 week na einde menstruatie

# Zelf-onderzoek

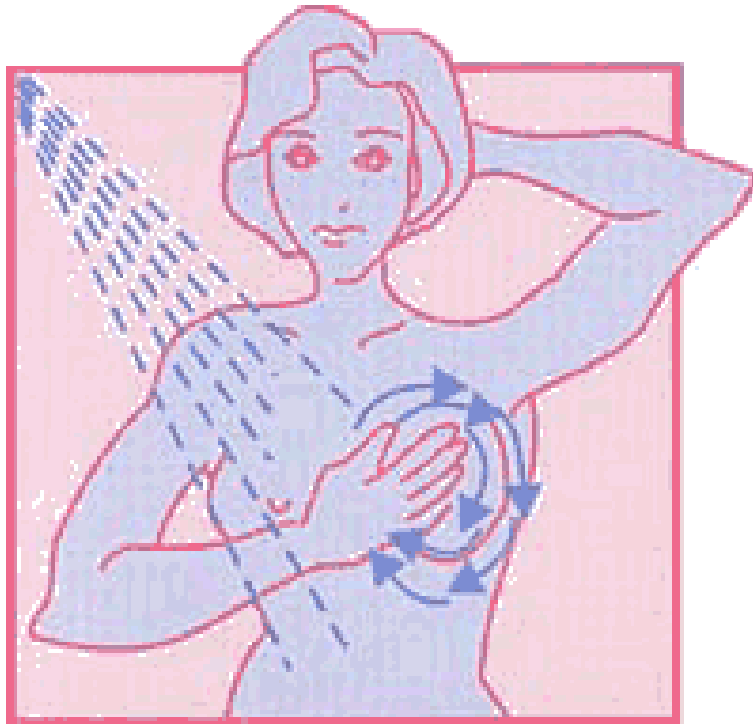


# HOE ZELFONDERZOEK?

- ***LIGGEND***



- ***STAANDE***
- **EVENTUEEL ONDER DOUCHE  
+WATER EN ZEEP!**





## ***SPIEGEL***

- **ARMEN ZIJDE/OMHOOG**
- **KUILTJES IN DE HUID**
- **VERANDERINGEN TEPEL**
- **ROODHEID / ZWELLING**







# Sinaasappelhuid





# Doel van het zelfonderzoek?

- Vertrouwd gevoel krijgen met de eigen borsten
- Aandacht voor veranderingen in de borst
- bij twijfel naar de huisarts of gynaecoloog
- VOEL of



- ZIE je iets veranderen:



**GA direct naar de dokter!!**



# Wat kunnen vrouwen 50-69 doen?

Bevolkingsonderzoek naar borstkanker

=

**BORSTKANKERSCREENING =  
mammografie**

- je krijgt een brief van overheid (voorbeeld)
- gratis mammografie



# Voor wie is de gratis borstkankerscreening?

- Voor alle 50-69 jarige vrouwen
- Wanneer?
  - Om de 2 jaar
- MANNEN kunnen ook borstkanker krijgen, maar komen NIET in aanmerking voor dit GRATIS onderzoek.



# Verplicht?

- Neen, niemand zal u verplichten!
- U beslist zelf of u zich **GRATIS** laat onderzoeken!
- Het onderzoek neemt niet veel tijd in beslag! Het duurt 15 minuten.



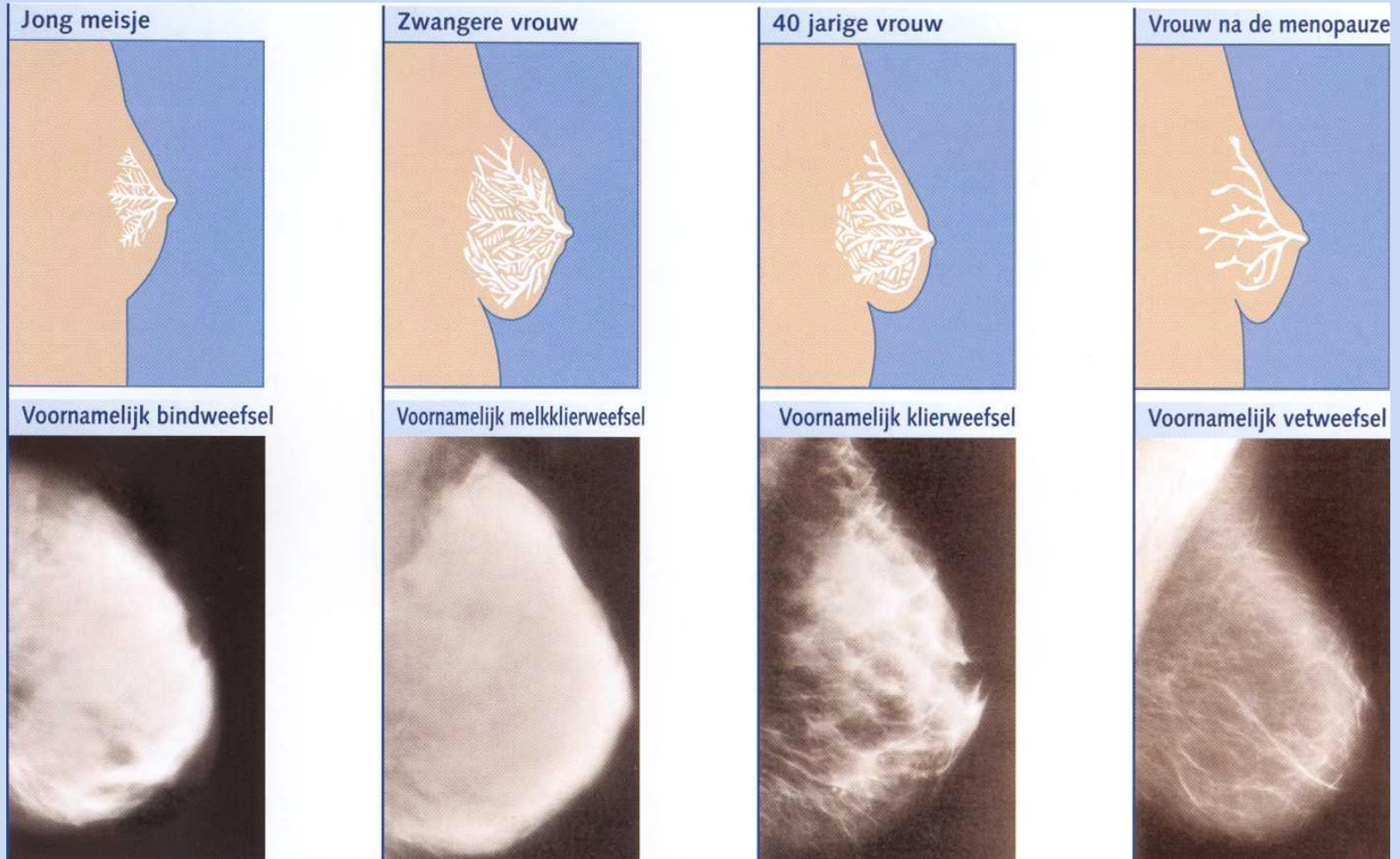
# Waarom vanaf 50 JAAR?

- Meest voorkomend boven de 50 JAAR!
- MAMMO bij jonge vrouwen veel moeilijker!
- BORST bestaat uit veel meer KLIERWEEFSEL dan uit VETWEEFSEL = moeilijker te beoordelen.



# Natuurlijke verschillen en veranderingen

De borsten veranderen met de leeftijd:



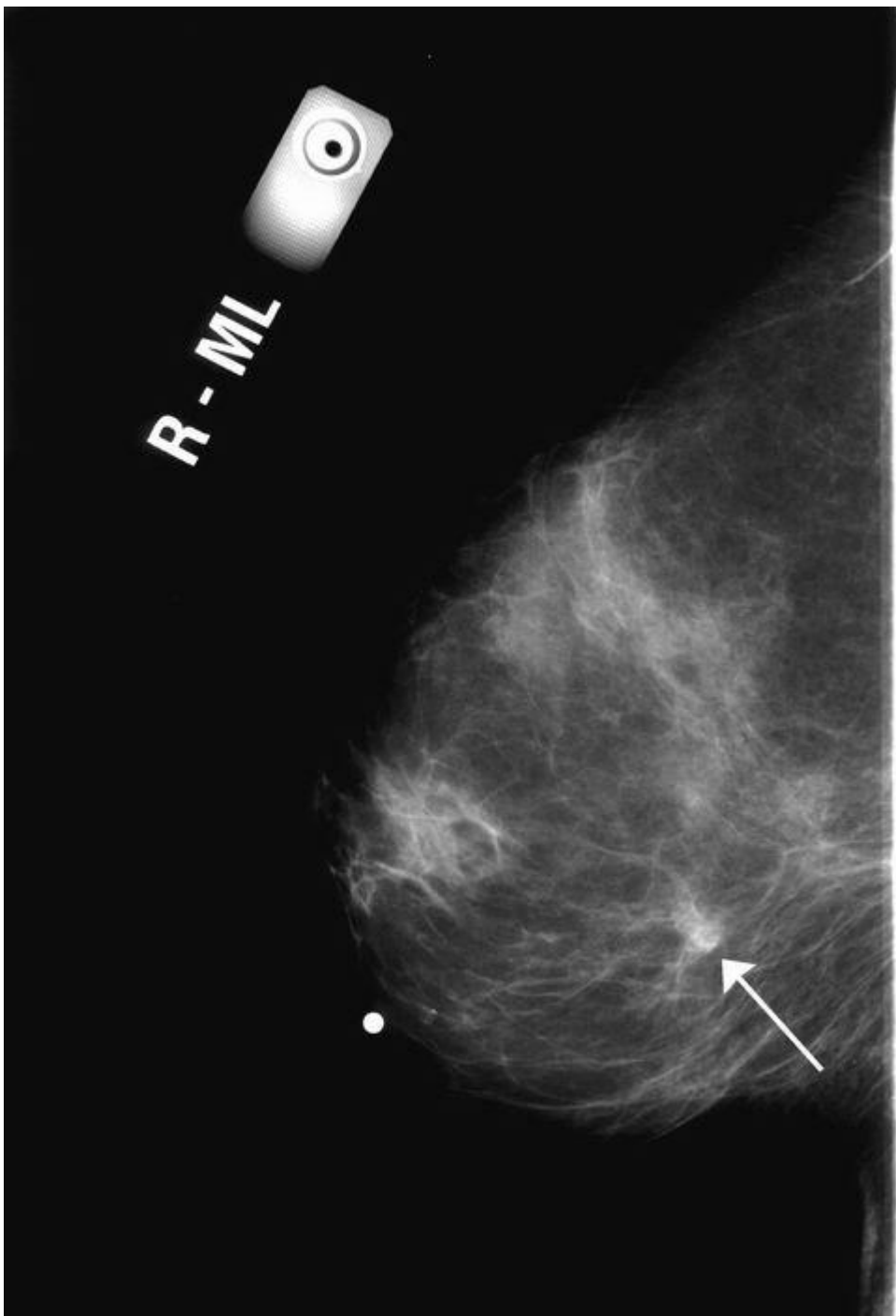
# Mammografie



# Is een mammografie pijnlijk?

- Sommige vrouwen vinden het onaangenaam!
- Borst wordt samengedrukt = nodig voor een scherpe foto
- Beste tijdstip voor mammo intussen 4<sup>e</sup> en 12<sup>e</sup> dag na begin van de menstruatie





Mammografie met  
letsel



# Wanneer resultaat?

- Foto's worden door 2 radiologen beoordeeld in 2 VERSCHILLENDE CENTRA.
- RESULTAAT NA 3 WEKEN:
  - uitslag naar PATIËNTE
  - uitslag naar AANVRAGER
  - uitslag naar HUISARTS



# KOSTPRIJS

- Tweejaarlijks onderzoek is volledig gratis voor vrouwen van 50j T/M 69j.
- *NA 69j NOG STEEDS RISICO OP BORSTKANKER, MAAR VANAF DEZE LEEFTIJD BETAAL JE ZELF*



- U moet in orde zijn met uw MUTUALITEIT anders moet u dit onderzoek zelf betalen
- Als je iets voelt en je bent niet in orde met je mutualiteit dan ga je best naar de sociale dienst van het OCMW waar je woont.

- Borstkankerscreening  
(Video VLTK)
- folders

# Wat als je zelf iets merkt?!

- Indien u **VERANDERINGEN** in uw borst ontdekt:

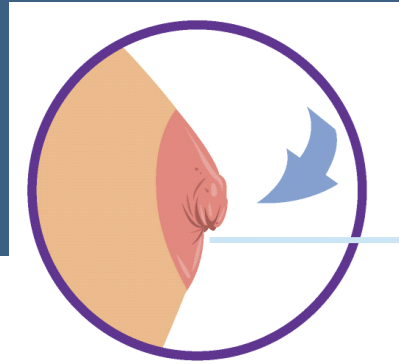
vb. KNOBBELTJE, KUILTJE,  
INGETROKKEN TEPEL, RODE TEPEL,  
VOCHT UIT DE TEPEL OF ZWEERTJES!

- **GA ZO SNEL MOGELIJK NAAR UW ARTS  
OF GYNAECOLOOG!**



# BREAST AWARENESS

## Waarop letten?



intrekking van de tepel

knobbeltje

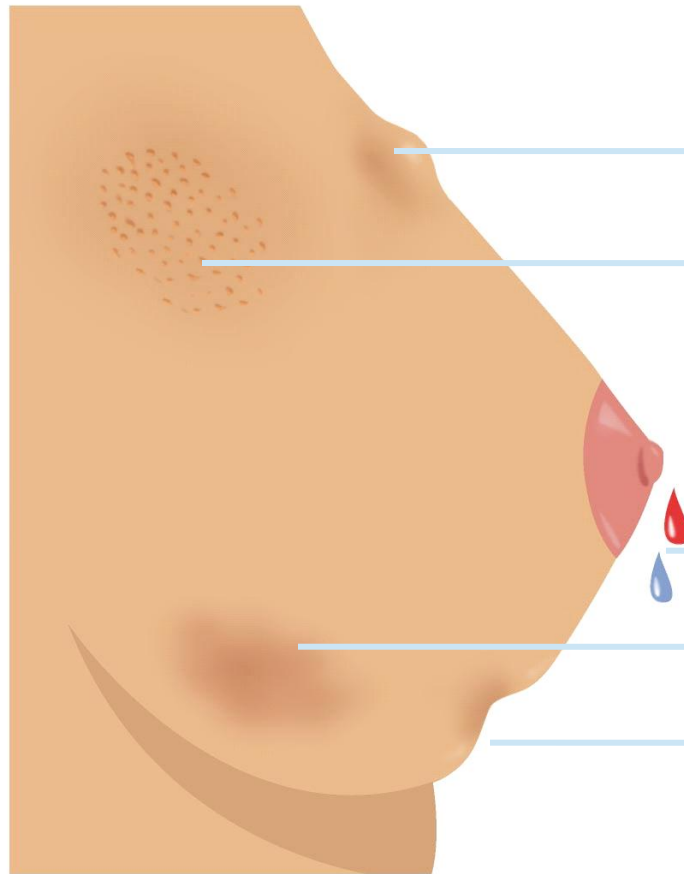
sinaasappelhuid

1 borst wordt groter

bloed- of vochtverlies

verkleuring

intrekking van de huid



# Vlaamse Liga tegen Kanker

- **Ondersteuning van de kankerpatiënt en zijn familie**
- **Luisterend oor, door vrijwilligers in het ziekenhuis (permanenties) of huisbezoeken**
- **inloophuis**



# De huisdokter

- Coördineert de medische zorgen
  - Vertrouwenspersoon
    - In de buurt

=> Moeilijk om medische zorgen te betalen: info mutualiteit of OCMW



# Omnio statuut

- Mensen met een laag inkomen
- Zelf aanvragen bij mutualiteit
- Voordelen:
  - » Minder betalen bij huisdokter
  - » Mogelijkheid derdebetalersregeling
  - » enz.



# Sociaal steunpunten gezondheid

- Gezondheidsvoorlichting en begeleiding
- hulp bij verzorging;
- hulp bij een bezoek aan een dokter, specialist of ziekenhuis;
- hulp bij diëten;
- tips over omgaan met ziektes;
- begeleiding bij preventieve onderzoeken (bijv. mammografie, tbc-test ...);
- ...

## Kiel

- **Sociaal steunpunt gezondheid Kiel**  
**De Bosschaertstraat 4**  
**2020 Antwerpen**  
**tel. 03 338 50 70**

Met openbaar vervoer

- Tram 4 en 24
- Bus 1

## Noord

- **Schoolstraat 14  
2060 Antwerpen  
tel. 03 270 33 45  
fax 03 270 33 47**

Met openbaar vervoer

- Tram 3 en 12
- Bus 6, 23 en 34

# Oefening

- vragenkaartjes