Jaargang 24
Nummer 87

Februari 2024

SAMENSPRAAK

Vereniging Gelaryngectomeerden, Zelfhulpgroep
Universitaire Ziekenhuizen Leuven, Vlaams-Brabant

Het kerstfeest van 9.12.2024

UZ Leuven, Secretariaat NKO-GH, GE 2.1.b — **Herestraat 49, 3000 Leuven**

Tel. Verpleging NKO — **016 33 23 40**

Koffiekamer Vrijdagvoormiddag — **Raadpleging 11, Oranje straat, Poort 2, Verd. 2**

Lidgeld 2024 — **20€ per jaar per gezin**
(Gratis tijdens jaar van operatie)

Zichtrekening VGL — **BE71 4286 3064 9169**

EMAIL-adres: — **zelfhulp.VGL@gmail.com**

Met steun van Kom op tegen Kanker

www.gelaryngectomeerden.be

Beste Vrienden, lotgenoten,

Beste vrienden,
We herinneren ons nog heel fris de vorige kerstperiode met een aangenaam kerstfeest waar we elkaar weer konden ontmoeten en even onze dagelijkse zorgen konden opzij zetten. En sedertdien hebben we de Nieuwjaars periode weer overleefd met veel wensen van gezondheid en geluk voor alle vrienden.
Misschien zijn we de goede voornemens al vergeten en is het leven alweer 'business as usual'.
Maar ik heb mij voorgenomen om toch wat minder 'Waarom'-vragen te stellen en wat meer 'Hoe'-vragen. Op die manier blijft ge wat minder in uw problemen ronddraaien en denkt ge toch wat meer aan de oplossingen…

Ik kan U onze infonamiddag over radiotherapie sterk aanbevelen. We hebben er allemaal mee te maken. Het is een voorbeeld hoe onze geneeskunde heel dicht bij ons toch heel snel evolueert en gebruik maakt van de technologische mogelijkheden van vandaag. U vindt de uitnodiging verder in dit blad.
En graag ontmoeten we mekaar weer op ons lentefeest van 20 april. We maken er weer samen een onvergetelijk momentje van.
En ikzelf kijk heel hard uit naar onze daguitstap van 20 juni, wanneer we samen een rondvaart maken door de haven van Antwerpen en dat met een deskundige gids die ons heel veel weetjes zal vertellen.

We hebben het jaar dus weer goed ingezet en we kijken er naar uit om mekaar weer te ontmoeten.

Voor het bestuur,
Firmin Pieck

Noteer alvast onze volgende activiteiten!

- **Dinsdag 26 maart 2024, Infonamiddag met Prof. Dr. S. Nuyts en dr. H. Bollen**
- **Zaterdag 20 april 2024, lentefeest in Horst**
- **Donderdag 20 juni 2024, daguitstap naar de Antwerpse haven**

Elke vrijdag voormiddag bent U welkom in ons koffielokaal in de wachtruimte van NKO
Oranje straat, Poort 2, 2e verdieping
U kan er ook alle info bekomen over het gebruik van de verzorgproducten van ATOS en T-STOMA.
Wij helpen U ook graag verder met het invullen van de bestelformulieren.

VERSLAG VAN HET KERSTFEEST OP 9 DECEMBER 2023

Ons jaarlijks kerstfeest ging traditiegetrouw weer door in de Orangerie van het Wagenhuis van het Kasteel van Horst.
Veel trouwe leden waren weer op post, ook mochten we een aantal nieuwe begroeten.
In totaal waren we met 65, iedereen was weer zeer goed op tijd en iedereen voelt zich weer snel thuis. Ook de nieuwelingen zijn snel opgenomen in de groep.

En René, onze trouwe lotgenoot is er heel snel bij om met zijn accordeon al leuke deuntjes te verzorgen.

Met een welkomstdrankje en bijhorende hapjes kunnen we weer bijpraten. Het wordt weer een gezellige namiddag, waar we onze dagelijkse zorgen even opzij kunnen zetten.

Na het welkomst woordje kunnen we starten met het uitgebreide koude buffet, 2 vlees- en 2 visbereidingen, een wintersoepje, en de nodige sausjes en diverse broodjes.
Nadien volgt het warme buffet met 2 warme vis- en 2 vleesgerechten. Alles begeleid met de nodige seizoensgroenten en sausjes.
En drank is à volonté en all-in aanwezig voor de ganse duur tot 17u.

Het 'Duo La Rosa' zorgt voor de nodige stemming. Met kerst klassiekers en met veel dansmuziek.

Ondertussen staat er een uitgebreid dessertenbuffet klaar. Iedereen kan meerdere keren toetasten… De stemming gaat geleidelijk naar een hoogtepunt met polonaises, walsjes, enz…
Onze muzikant smijt zich volledig en snijdt zijn italiaans repertoire aan....

En plots is het 17u. De tijd ging veel te snel voorbij…
En met een half uurtje ‘overwerk’ gaan we toch naar een afscheid toe. Iedereen is enthousiast.
Het wordt steeds moeilijker om onze feeststemming te overtreffen.

Op onze website vindt u alle foto’s en filmpjes terug: www.gelaryngectomeerden.be

Vriendin van mij heeft vanmorgen een ongeluk gehad.
Tegen de politie vertelde ze dat de man, met wie ze in botsing kwam, druk was met zijn GSM en bier uit een blikje dronk.
De agent vertelde dat de man volledig in zijn recht was, gezien hij in zijn eigen tuin zat.

Onze nieuwjaarsreceptie van 19 januari 2024

We hebben het jaar weer goed ingezet. Op onze receptie waren er dit jaar geen warme hapjes en geen luide muziek. Het was blijkbaar vorig jaar wat overdreven.
Maar dat neemt niet weg dat er keuze genoeg was met drank, versgebakken wafels en taarten en veel belegde broodjes.

Toch kwamen er weer een 40-tal genodigde opdagen, iedereen in nieuwjaarstemming. Het personeel was verontschuldigd wegens te druk op de raadpleging, en dat heeft prioriteit natuurlijk.

En met plezier konden we even terug kijken op de activiteiten van 2023 aan de hand van de vele foto's, die geprojecteerd werden. Het jaarprogramma 2023 werd overlopen en het nodigde iedereen uit om mekaar terug te ontmoeten op de volgende activiteiten.

SOCIAAL TARIEF

Als gelaryngectomeerde heeft U recht op het sociaal tarief bij uw telecomleverancier. (internet, vaste telefoon, mobiele telefoon…)

Hoe aanvragen?

Neem contact met de klantendienst van uw telecomleverancier (Belgacom, Telenet, …) en meldt U aan als gelaryngectomeerde.
Zij nemen contact met **het BIPT** (het Belgisch Instituut voor Post en Telecommunicatie).
U ontvangt van het BIPT een formulier dat U volledig invult en terug stuurt met in bijlage een attest van een arts dat U gelaryngectomeerd bent.

Het BIPT neemt terug contact met de telecomleverancier en zorgt voor de toepassing ervan.

Beperkingen: U kan van het sociaal tarief slechts genieten bij één telecomleverancier en ook slechts voor één persoon van het gezin

WIJ NODIGEN UIT

Wij nodigen U hierbij graag uit op onze volgende infonamiddag op dinsdag 26 maart 2024 om 13u30 in auditorium 'Paul Gauguin'.
Bewegwijzering:
Het juiste adres is: **gele straat, poort 1, verd.6 in Gasthuisberg**.
U parkeert in de bezoekersparking. In de inkomhall zullen onze bestuursleden U verwelkomen en begeleiden naar het auditorium. Gelieve tijdig aanwezig te zijn.

De agenda:
13u30: evolutie van de radiotherapie in de hoofd-hals oncologie.
Door Prof.dr. Sandra Nuyts.
Er zijn verschillende evoluties en nieuwe technologieën in de radiotherapie voor hoofd-halskanker die de behandeling hebben verbeterd.
14u30: Pauze
14u45: het gebruik van AI, artificiële Intelligentie, in de radiotherapie
Door Dr. Heleen Bollen
15u45: Vraag en antwoord

We rekenen op uw aanwezigheid voor deze interessante uiteenzettingen.
Deze infonamiddag wordt U **gratis** aangeboden door de zelfhulpgroep. We wensen wel graag te weten hoeveel personen we mogen verwachten. Gelieve daarom **vóór 10.3.2024** uw aanwezigheid te bevestigen.
Dat kan op ons mailadres: **zelfhulp.VGL@gmail.com**
of U kan het inschrijfformulier invullen op de website: **www.gelaryngectomeerden.be**

Een korte omschrijving van wat U mag verwachten:
Er zijn verschillende evoluties en nieuwe technologieën in de radiotherapie voor hoofd-halskanker die de behandeling hebben verbeterd.
Voorbeelden hiervan zijn het gebruik van **Intensiteitsgemoduleerde radiotherapie (IMRT),** waarbij we door gebruik van geavanceerde software en hardware de stralingsdosis nauwkeurig kunnen moduleren en aanpassen aan de vorm van de tumor. Hierdoor kan een hogere dosis straling worden gegeven aan de tumor, terwijl het omliggende gezonde weefsel wordt gespaard.
Sinds enkele jaren beschikt UZLeuven ook over **protontherapie**. Het voordeel van protonentherapie bij hoofd-halskanker is dat het de stralingsdosis nauwkeuriger kan afstemmen op de tumor, terwijl het omliggende gezonde weefsel nog meer wordt gespaard dan bij traditionele stralingstherapie.
Deze ontwikkelingen hebben geleid tot verbeteringen in de behandelresultaten en een vermindering van bijwerkingen bij patiënten met hoofd-halskanker.
De laatste jaren speelt **Artificiële intelligentie** (AI) een steeds grotere rol in radiotherapie voor hoofd-halstumoren. Het kan helpen bij het identificeren en markeren van de tumor en omliggende structuren, waardoor de **precisie van de bestralingsplanning** wordt verbeterd.

Tijdens deze lezingen zullen deze nieuwe evoluties aan de hand van voorbeelden uitgelegd worden.

Het doctoraat van Hanne Massonet

4 jaar geleden hadden we reeds een aangenaam gesprek met Hanne Massonet. Ze was toen al een aantal jaren actief als logopediste op NKO. Het artikel kan U nog altijd lezen in onze Samenspraak nr 73 van februari 2020. Kijk maar even op de pagina 'documentatie' van onze website 'www.gelaryngectomeerden.be'.
Daar vindt ge trouwens alle vorige nummers van 'Samenspraak' terug.
Maar ondertussen besteedt Hanne heel veel tijd aan een doctoraat over slikproblemen na een behandeling voor hoofd- en halskanker. Hierover hadden we een verhelderend gesprek.

Waarover gaat het doctoraat concreet?
Na een oncologische behandeling zoals bv. radiotherapie in het hoofd/hals-gebied ontstaan er dikwijls slikproblemen. Deze zijn vaak het gevolg van een vermindering, verlittekening en verstijving van spiervezels die van belang zijn om eten en drinken veilig en efficiënt te kunnen doorslikken. In deze gevallen kan logopedie zeker helpen om deze slikproblemen te remediëren.

Er werd in het verleden al heel wat onderzoek gedaan naar het effect van verschillende spierversterkende oefeningen om de kracht en de beweeglijkheid van deze slikspieren opnieuw te verhogen. Met onze studie willen we het effect vergelijken van verschillende logopedische behandelingen voor chronische slikproblemen na bestraling voor hoofd- en halskanker.
Daarvoor krijgen patiënten gedurende 8 weken, 4 dagen per week intensieve logopedische behandeling aan huis.

Via de **QR code** hiernaast kan je een filmpje bekijken met meer informatie over de studie.

Omdat ik reeds als logopediste op de dienst NKO gelaats- en halschirurgie actief was, kreeg ik van mijn promotoren Prof. Dr. Ann Goeleven (KU Leuven en UZ Leuven) en Prof. Dr. Gwen Van Nuffelen (Universiteit Antwerpen en UZA) de mogelijkheid om mij op deze studie toe te leggen.

Het project ligt zeker in het verlengde van mijn werk binnen het ziekenhuis en ook na beëindiging van mijn doctoraat hoop ik de resultaten verder in de praktijk te kunnen toepassen.
Het hele project wordt mogelijk gemaakt door financiering van Kom Op Tegen Kanker.

Speelt het onderzoek zich uitsluitend af binnen UZ Leuven?
Het project loopt in drie universitaire ziekenhuizen in Vlaanderen, namelijk: UZ Leuven,

UZ Antwerpen en UZ Gent. Patiënten uit deze 3 ziekenhuizen kunnen deelnemen in onze studie. Het is de bedoeling dat de resultaten direct terugvloeien naar deze ziekenhuizen.

Wat is er ondertussen al gerealiseerd binnen het onderzoeksproject?
Ik zit momenteel in het 4e jaar van mijn doctoraat. De voorbije drie jaar hebben we ons vooral toegelegd op het includeren en behandelen van onze patiënten. Daarnaast leg ik me ook toe op het lezen van relevante literatuur binnen dit domein. Van zodra we het beoogde aantal deelnemers hebben behaald zullen we de resultaten verwerken en publiceren.

Wordt alles ook getoetst aan de praktijk?
Onze studie is een klinische studie wat betekent dat onze resultaten onmiddellijk impact zullen hebben op onze dagelijkse behandelingen. We merken nu al dat we heel wat patiënten kunnen helpen met onze behandelingen, wat ons natuurlijk heel veel deugd doet. Momenteel hebben al 46 van de 54 deelnemers die we vooropgesteld hebben, deelgenomen in onze studie. De therapie vindt telkens plaats aan huis, zodat patiënten zich minimaal moeten verplaatsen.
We zien patiënten steeds gedurende 8 weken, 4 dagen per week. Op die manier ontstaat er wel een speciale band met de patiënt en zijn omgeving.
Om de 4 weken vinden er ook onderzoeken in het ziekenhuis plaats om het effect van onze behandelingen in kaart te brengen. We kunnen toch al besluiten dat de patiënten sterk gemotiveerd zijn doordat de therapie voor hen al gunstige resultaten afwerpt.

Hoe gaat het project nu verder?
Op dit moment zijn mijn collega Alice Vergauwen en ik nog volop bezig met het behandelen van patiënten aan huis. Het project loopt af in oktober 2024. Dan volgt een laatste fase waarin we alle resultaten zullen verwerken en publiceren.
En in het najaar van 2025 hopen we het eindresultaat te kunnen presenteren.
Jullie worden zeker uitgenodigd bij de verdediging van het doctoraat.

Via de publicaties wordt dan algemeen kenbaar gemaakt hoe een combinatie van verschillende logopedische behandelingen het eten en drinken van de patiënt kan verbeteren.

We bedanken Hanne voor de tijd die ze aan ons wil besteden en wensen haar nog veel energie om in 2025 de titel van doctor in de medische wetenschappen te verwerven.
En we verwachten dat we nog meer artikels over het doctoraat mogen publiceren in onze 'Samenspraak'

PROF. DR. JEROEN MEULEMANS,
NKO-ARTS, GELAATS- EN HALS CHIRURG
BRENGT ONS REGELMATIG EEN ARTIKEL MET MEDISCHE ACHTERGROND

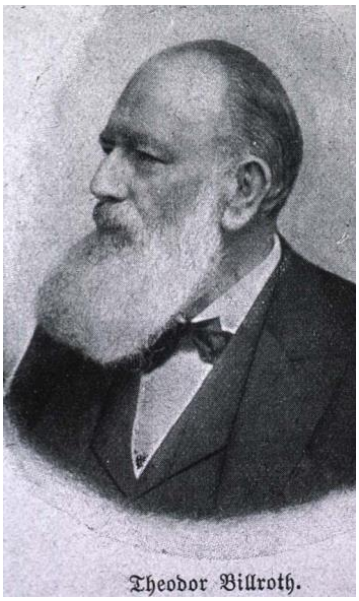
Werk en Leven van Theodor Billroth (26.04.1829-06.02-1894)

Op 31 december 2023 was het exact 150 jaar geleden dat voor de eerste maal een totale laryngectomie uitgevoerd werd. Reden te meer om de mythische chirurg in kwestie, Theodor Billroth, eventjes te belichten.

Theodor Billroth werd geboren op 26 april 1829 in Pruisen als zoon van een Lutherse priester, die spijtig genoeg overleed toen Theodor 5 jaar oud was. Zijn eerste liefde bleek al snel muziek te zijn; hij was geen goede student en kon zich schijnbaar enkel focussen op muziek. Hij heeft in zijn latere leven zelfs toegegeven dat hij nooit arts wilde worden, maar dat het zijn moeder was die hem er uiteindelijk van overtuigde dat er meer toekomst zat in geneeskundestudies dan in muzieklessen!

Na zijn geneeskundestudies aan de universiteit van Gottingen en Berlijn (Duitsland) , promoveerde hij als arts in 1852. Tussen 1853 en 1860 bestudeerde hij de pathologische anatomie aan de universiteit van Berlijn, waar hij ook onderricht gaf in heelkundige technieken.

In Berlijn kreeg zijn persoonlijke leven eveneens een belangrijke wending; hij ontmoette er zijn toekomstige echtgenote Christine met wie hij in het huwelijksbootje stapte in 1858, waarna 5 kinderen volgden; een vruchtbaar huwelijk dus. Na een tussenstop In Zurich (Zwitserland), waar hij benoemd werd tot Universiteitsprofessor in Chirurgie en ook hoofd van de afdeling chirurgie was, belandde hij uiteindelijk in 1867 in Wenen (Oostenrijk), waar hij opnieuw de functie van Professor in de chirurgie bekleedde. Het zou uiteindelijk hier zijn dat Billroth's heelkundige talenten ten volle tot ontwikkeling zouden komen en waar hij talrijke innovatieve operaties zou introduceren, waarvan velen tot op de dag van vandaag nog uitgevoerd worden.



Wenen, de hoofdstad van de Habsburgse monarchie, was in de tijd van Billroth één van dé plaatsen waar wetenschap en cultuur op het allerhoogste niveau bedreven werden Het ziekenhuis in Wenen (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Wien of AKH) was één van 's werelds meest vooraanstaande centra voor medisch onderzoek. Het was hier dat Ignaz Semmelweis, ook wel 'de vader van de antisepsiserachter kwam dat postoperatieve wondinfecties veroorzaakt werden door 'besmetting', en dat dit voorkomen kon worden door hygiëne (handen wassen in bleekwater voor een operatie!).

Ook Billroth deed veel onderzoek naar het belang van hygiëne in de operatiezaal, en dankzij de introductie van 'steriliteit', wist hij de kans op overlijden na operaties op spectaculaire wijze terug te dringen. Ook het dagelijks meten van de lichaamstemperatuur na een operatie, zoals op heden nog steeds routinematig gedaan wordt, werd ooit ingevoerd door Theodor Billroth als een manier om vroegtijdig wondinfecties op te sporen. De steeds beter wordende overlevingskansen na chirurgie, zette Billroth ertoe aan om meer complexe en zware operaties te gaan uitvoeren. In 1872 was hij de eerste om deels de slokdarm te verwijderen; in 1873 behandelde hij een patiënt met een vergevorderde larynxkanker door als eerste een totale laryngectomie uit te voeren; in 1876 was hij dan weer de eerste om een kanker van de endeldarm te verwijderen en vanaf 1881 ontwikkelde hij verscheidende types operaties om maagkanker te verwijderen waarbij de maag deels werd verwijderd en de resterende maag gekoppeld werd aan de dundarm. Deze operaties zijn op heden nog steeds gekend onder de noemers Billroth I en II en worden nog, zij het in een aangepaste vorm, frequent uitgevoerd.
Naast zijn enorme heelkundige contributies, is Billroth zeer belangrijk geweest bij de opleiding van verpleegkundigen. Vroeger waren verpleegkundigen vaak ongetraind en hadden zij geen enkele vorm van opleiding genoten. Dat veranderde echter na 1882, toen Billroth mee de eerste 'verpleegstersschool' in Duitsland, het Rudolfinerhaus, oprichtte. De betere opleiding van verpleegkundigen leidde tot betere zorg voor de patiënt.
Het dient gezegd te worden dat Billroth één van de grootste chirurgen was die ooit op de aardbol heeft rondgelopen. Zijn bijdrage aan de moderne chirurgie zoals we die op heden kennen is nauwelijks te omvatten. Zelf werd hij, na een leven van zorg voor anderen, niet oud: hij overleed in 1887 op 65-jarige leeftijd aan de gevolgen van een longontsteking. Tot op de dag van vandaag herinnert een éénzaam standbeeld op de binnenplaats van het vroegere AKH (nu een universiteitsgebouw) aan de uitzonderlijke man die daar 150 jaar geleden rondliep

31 mei Werelddag zonder tabak

Werelddag zonder Tabak is een wereldwijd initiatief van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) om de aandacht te vestigen op de schadelijke gevolgen van roken en tabaksgebruik. De dag vindt elk jaar plaats op **31 mei** en heeft elk jaar een ander thema.
Het thema voor 2024 is 'Protecting children from tobacco industry interference'.
Dit thema benadrukt het belang van het beschermen van kinderen en jongeren tegen de manipulatie en verleiding van de tabaksindustrie, die hen probeert te werven als nieuwe klanten.

Roken is een van de belangrijkste oorzaken van vermijdbare ziekte en sterfte in de wereld. Roken verhoogt het risico op verschillende soorten kanker, hart- en vaatziekten, longziekten, diabetes en vele andere aandoeningen. Roken is ook schadelijk voor de mensen om de roker heen, die worden blootgesteld aan passief roken. Daarom is het belangrijk om rookvrije omgevingen te creëren, vooral voor kinderen en jongeren, die het recht hebben om op te groeien zonder de invloed van tabak

De update van de wet op de patiëntenrechten werd artikelsgewijs goedgekeurd

De Kamercommissie Volksgezondheid heeft dinsdag in eerste lezing een actualisering van de meer dan 20 jaar oude wet op de patiëntenrechten goedgekeurd. Op vraag van de oppositie komt er nog een tweede lezing, waarna het wetsontwerp ook nog langs de plenaire Kamer moet passeren.

Vlaams patiëntenplatform
Samen sterker

Een van de doelstellingen van de hervorming is het centraal stellen van de levensdoelen, gezondheidsdoelen en waarden van de patiënt, zodat hij of zij door de zorgverleners niet enkel als een 'medische' patiënt gezien wordt. Zo kan het zijn dat iemand die bijvoorbeeld ongeneeslijk ziek is, meer belang hecht aan tijd thuis bij zijn familie dan aan het rekken van zijn leven met therapeutische behandelingen in het ziekenhuis.

Binnen de therapeutische vrijheid waarover ze beschikken, zullen zorgverleners daarom zo veel mogelijk rekening moeten houden met de wensen en verwachtingen van de patiënten. Daarom wordt ook de mogelijkheid tot 'vroegtijdige zorgplanning' verankerd: het opstarten van het denkproces met de zorgverleners over wat je wensen zijn als patiënt.

Elke patiënt zal recht krijgen op een vertrouwenspersoon die hem in de uitoefening van al zijn rechten bijstaat, ook wanneer hij wilsonbekwaam is. Pleegouders krijgen formeel de bevoegdheid om hun pleegkind te vertegenwoordigen, nabestaanden van een overleden patiënt zullen de mogelijkheid krijgen om een klacht in te dienen.

Tot slot moet de patiënt beter in staat gesteld worden de regie van zijn zorg in handen te nemen. Transparantie en duidelijke informatie zijn daarbij sleutelbegrippen.

workshop

Look good, feel better

ONLINE, VIA MICROSOFT TEAMS

Verzorging en make-up voor kankerpatiënten

8 februari en 23 mei - 10-11.30u

In deze workshop van Kom op tegen Kanker worden de basisprincipes van een goede huidverzorging en make-up uitgelegd, om zo nevenwerkingen van de behandeling enigszins op te vangen.

Spreker:

Schoonheidsconsulente van Kom op tegen Kanker

Plaatsen beperkt, inschrijven via:

komoptegenkanker.be/online-lgfb-2024

UZ Leuven bij 50 beste ziekenhuizen ter wereld

Het Amerikaanse Newsweek publiceerde zijn jaarlijkse lijst van 's werelds beste ziekenhuizen: UZ Leuven prijkt als eerste Belgische ziekenhuis op plaats 45.
Voor de vierde maal stelde het Amerikaanse nieuwstijdschrift Newsweek zijn jaarlijkse ranglijst samen van de beste ziekenhuizen ter wereld. In totaal werden meer dan 2.200 ziekenhuizen uit 27 landen met elkaar vergeleken. De lijst wordt aangevoerd door drie Amerikaanse ziekenhuizen, het eerste Europese ziekenhuis is het universitaire Charité-ziekenhuis uit Berlijn op plaats 5.

UZ Leuven bezet als eerste Belgische ziekenhuis de 45e plaats en mag zich dus bij de 50 beste ziekenhuizen ter wereld rekenen. Ook UZ Gent (113) en de Brusselse ziekenhuizen Erasme (135) en UCL staan in de top 250.

Kwaliteit van zorg

Elk ziekenhuis op de Newsweek-lijst kreeg een score van een raad van onafhankelijke experts, samengesteld door dataplatform Statista. Meer dan 800.000 zorgverleners (artsen, ziekenhuismanagers, verpleegkundigen …) ontvingen het voorbije jaar de vraag om deel te nemen aan een online-enquête. Daarnaast hield het expertpanel ook rekening met de ervaring van patiënten en toetste het de ziekenhuizen af aan een aantal vaste criteria rond de kwaliteit van behandeling en de mate van hygiëne.

Volgens Newsweek groeit het aantal uitmuntende ziekenhuizen wereldwijd jaarlijks aan. Het looft 's werelds toonaangevende ziekenhuizen om de kwaliteit van hun zorg en kritisch medisch onderzoek, te midden van een uitdagende pandemie.

U bent elke vrijdag voormiddag welkom aan onze koffietafel!

Wanneer U op raadpleging komt kan U bij ons rustig uw beurt afwachten en dat mee opvolgen op de schermen.
Ge kunt op die manier ook bijpraten met andere lotgenoten en familie en zo wat info uitwisselen over hoe U het aanpakt gedurende de revalidatie.
En soms wordt het wel een echt gezellige bijeenkomst…..

TIPS VAN EVELINE

Eveline Vanhalewyck is diëtiste in NKO en geeft regelmatig voedingstips voor gelaryngectomeerden

Hou houden we onze maag en darmen gezond?

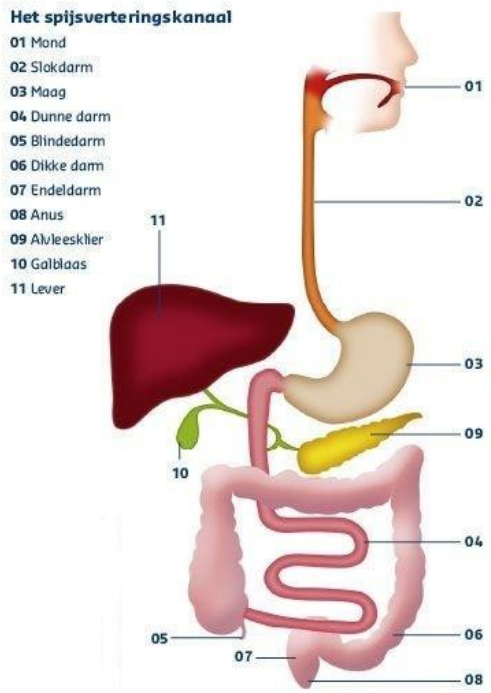
Tijdens de week van de diëtist, van 18 tot 24 maart 2024, zetten we ons beroep in de kijker met een specifiek thema. Dit jaar focussen we ons op maag- en darmgezondheid.

Laten we starten met de normale spijsvertering.

In de **mond** wordt ons voedsel fijn gekauwd en vermengd met speeksel. In het speeksel zit een enzyme amylase wat inwerkt op het zetmeel uit onze voeding. Op 1 dag produceren onze speekselklieren ongeveer 1 liter speeksel.

Nadat we het voedsel hebben doorgeslikt komt het terecht in de **slokdarm**. Dit is een gespierde buis van ongeveer 30 centimeter. Door de peristaltische beweging van de slokdarm wordt het voedsel naar de maag gebracht. Tussen de slokdarm en de maag zit een sluitspier of slokdarmsfincter die ervoor zorgt dat het eten in de maag blijft en de slokdarm beschermt tegen opkomend maagzuur.

In de **maag** komt het voedsel samen met spijsverteringssappen geproduceerd door de cellen in onze maagwand. Deze maagsappen bevatten spijsverteringsenzymen die het voedsel verder verteren. Bacteriën uit onze voeding worden gedood door het zure milieu in de maag. De spieren in de maagwand kneden ons voedsel verder tot een homogene brij. Het voedsel zit ongeveer 2 tot 3 uur in je maag afhankelijk van de samenstelling. Zo blijft een vetrijke maaltijd langer in de maag.



Het voedsel komt via de pyloorspier in de **twaalfvingerige darm** (duodenum). Hier zorgen spijverteringsenzymen, geproduceerd door de **alvleesklier** (pancreas), en galzouten, vrijgegeven door de **galblaas**, voor de verdere vertering van koolhydraten, vetten en eiwitten. De alvleesklier zorgt daarnaast ook voor de aanmaak van de hormonen insuline en glucagon, welke de suikerstofwisseling regelen.

Ons voedsel is ondertussen een dunne vloeistof met voedingsstoffen die zo klein zijn dat ze via de darmwand kunnen worden opgenomen in het bloed. Deze opname gebeurt in de volgende delen van de dunne darm, het **jejunum en ileum**.

Alle voedingsstoffen die opgenomen zijn in het bloed, komen eerst via de poortader langs de **lever** waar ze gefilterd worden. De lever produceert daarnaast ook galzouten die zorgen voor de vetvertering. Deze galzouten worden opgeslagen in de galblaas.

Het waterige mengsel met onverteerde voedselresten komt in de **dikke darm** in contact met darmbacteriën.

De vezels zijn een voedingsbron voor de darmbacteriën en zorgen voor een goede darmwerking. De dikke darm onttrekt water en zouten uit het mengsel, zodat een soepele maar vaste ontlasting ontstaat. Deze ontlasting verlaat via de endeldarm en anus ons lichaam.

Tips voor een goede maag- en darmgezondheid.

- **Eet voldoende vezels**. Vezels komen onverteerd aan in de darmen waar ze dienen als voedingsbron voor de bacteriën in onze darmen. Daarnaast helpen ze vocht aan te trekken, waardoor onze stoelgang zacht blijft. Vezels zitten onder andere in groenten, fruit, volkoren graanproducten en peulvruchten. Probeer dagelijks 300g groenten en 2 stukken fruit te eten.

- **Drink dagelijks 1500 tot 2000 ml vocht**. Water geniet de voorkeur, maar je mag beperkt ook andere dranken drinken zoals koffie, thee, vruchtensappen en melkdranken.

- **Beweeg regelmatig** doorheen de dag. Sta elke 30 minuten even recht. Probeer 10000 stappen te zetten en sport daarnaast nog minstens 20 min, 3 keer per week.

- **Neem de tijd om rustig te eten en goed te kauwen**. Dit stimuleert de spijsvertering.

- Ga bij elke aandrang naar het toilet en neem hiervoor de tijd.

- Zorg voor regelmaat in de maaltijden en overeet jezelf niet.

- Vermijd overgewicht.

Veelbelovend Belgisch kankervaccin?

Ons land speelt in de Champions League in het onderzoek naar nieuwe kankerbehandelingen. In de spits treffen we topwetenschapper prof. Damya Laoui, die met haar unieke vaccintherapie tegen herval op de drempel staat van een revolutionaire doorbraak.

Een op de drie Belgen krijgt ooit te maken met een vorm van kanker. Daar waar enkele decennia geleden deze diagnose weinig uitzicht gaf op genezing, liggen de kaarten vandaag voor heel wat tumoren veel gunstiger. Vooral bij primaire tumoren – de eerste plek in het lichaam waar kankercellen opduiken – zijn de overlevingskansen sterk gestegen. Voor wie hervalt of getroffen wordt door uitzaaiingen beschikken artsen tot nu toe over minder medische strijdmiddelen.

De compleet nieuwe strategie die werd ontdekt door bio-ingenieur Damya Laoui (VUB en VIB), door New Scientist uitgeroepen tot wetenschapstalent van de Lage Landen, zou voor een langverwachte ommekeer kunnen zorgen.

Hoe ben je op het idee gekomen om een therapie tegen een terugkerende kanker te ontwikkelen?

Prof. Damya Laoui: “Bij zo’n 90% van de mensen die overlijden aan kanker, is dat gelinkt aan uitzaaiingen of recidive van de tumor. Voor die groep patiënten is de nood dus heel erg hoog. Ook in mijn eigen omgeving zijn al mensen aan kanker overleden: mijn vader, de moeder van een van mijn beste vriendinnen ... Tijdens mijn doctoraatsonderzoek als bio-ingenieur gespecialiseerd in het immuunsysteem, heb ik de afweercellen in tumoren bestudeerd. De meeste afweercellen blijken corrupt, wat wil zeggen dat ze de kankercellen helpen groeien. Maar we hebben kunnen aantonen dat sommigen wel nog steeds hun beschermende rol opnemen. Dat zijn de zogeheten dendritische cellen, intussen mijn favorieten, die fungeren als de verkenners van het immuunsysteem.”

Hoe kunnen die dendritische cellen helpen om tumoren uit te schakelen?

“Dendritische cellen – een soort witte bloedcellen – reizen via het bloed je hele lichaam door op zoek naar potentieel ziekmakende virussen, bacteriën, maar ook kankercellen. Vervolgens nemen ze stukjes van zo’n lichaamsvreemde belager in zich op als een soort bewijsmateriaal. Dat geven ze door aan de soldaten – de T-cellen – van het immuunsysteem, die dan een legertje op de been brengen om die bacterie, dat virus, of de kankercellen te bestrijden. Binnen de dendritische cellen zijn er verschillende types. Sommigen zijn wel corrupt, maar twee soorten zijn fantastische handlangers. Zij blijken uitstekend in staat om kankercellen op te sporen

en bewijsmateriaal te verzamelen. Na die vondst hebben we ook een techniek ontwikkeld om die specifieke dendritische cellen te isoleren uit een tumor. Omdat die dendritische cellen kleine stukjes kankermateriaal in zich dragen kunnen zij overal in het lichaam aan de ‘soldaten’ signaleren waar ze kankercellen moeten opruimen. Bovendien wekken die dendritische cellen ook een geheugenrespons op in het immuunsysteem. Stel dat de kanker zou teruggroeien, dan beschik je al meteen over een ‘leger’ immuuncellen dat paraat staat om aan te vallen. Bij muisexperimenten hebben we uitgebreid kunnen aantonen dat dit prima werkt.”

Jullie hebben succesvol muizen met kanker behandeld tegen uitzaaiingen, maar nog geen kankerpatiënten?

“We weten dat diezelfde dendritische cellen zich ook in menselijke tumoren bevinden en volgens hetzelfde principe functioneren. Wat we willen testen bij mensen werkt als volgt: stel dat je een borsttumor krijgt.

De arts zal die chirurgisch verwijderen, waarna wij uit die tumor alleen de goede dendritische cellen selecteren. Die spuiten we dan opnieuw bij je in, als een persoonlijk vaccin of therapie. Die dendritische cellen zullen je lichaam scannen op mogelijke uitzaaiingen, die de dokters niet konden opmerken, en die laten opruimen. Als dit op mensen werkt zoals op muizen, is dat zonder meer een gamechanger voor de kankerbehandeling."

Welke andere belangrijke trends zijn er op komst voor kankerbestrijding?

"Een cruciale nieuwe ontwikkeling is dat we tumoren snel en goedkoop kunnen analyseren tot op celniveau. De data die dat oplevert zullen ervoor zorgen dat we veel vlugger persoonlijke therapieën kunnen ontwikkelen. Vandaag gebruiken we immunotherapieën die bij longkanker voor 30% van de patiënten werken, maar vooraf weet je niet bij wie het zal aanslaan. Door de tumoren te analyseren, kan beter worden voorspeld wat er werkt. Een patiënt die na drie maanden behandeling te horen krijgt dat het zinloos was, verliest nu immers veel kostbare tijd. Ook het tijdstip waarop kankertherapie wordt toegediend, krijgt steeds meer aandacht. Zo tonen meer onderzoeken aan dat het circadiaanse ritme – de inwendige klok die al je lichaamsprocessen regelt – een grote rol speelt en dat het 's ochtends of net 's avonds toedienen van medicatie voor een ander effect zorgt omdat je cellen dan in een andere staat zijn."

Wat als jullie vaccin toch niet zou aanslaan bij mensen?

"We geloven er heel erg in, maar het kan altijd nog ergens mislopen. Ook daar anticiperen we al op. Zo onderzoeken we op muismodellen die extreem resistent zijn tegen kankerbehandelingen of dat kan worden aangepakt via combinaties met bepaalde bestaande immunotherapieën. Naast het kankervaccin hebben we nog verschillende onderzoekslijnen lopen die eveneens voor doorbraken kunnen zorgen. Het is zeker niet alles of niets."

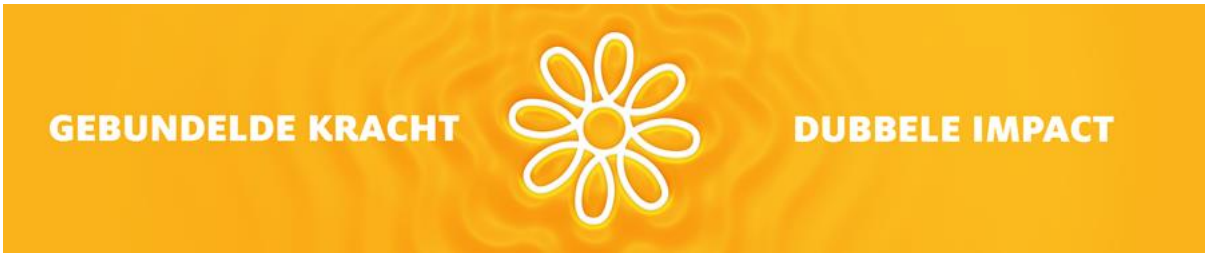
Kunnen we kanker ooit uitroeien?

"Dat denk ik niet maar ik ben wel hoopvol dat we er op termijn mee gaan leren leven, zoals met andere chronische aandoeningen. Dat mensen sterven 'met' en niet langer 'aan' kanker. Voor een aantal types prostaatkanker is dat trouwens al het geval.

Damya Laoui

°12 maart 1985
Belgische wetenschapper met Algerijnse roots.
2016 Ontdekking antikankervaccin bij muizen (VUB)
2017 Uitgeroepen tot een van de belangrijkste Europese innovatoren onder 35
2020 Krijgt de prestigieuze Collen-Francqui start-up grant

KOTK: Terugblik op de uitreiking van beurzen en toelagen 2023



20,5 miljoen euro voor onze gezamenlijke droom

Soms is het met kleine stapjes, soms met hele grote, maar altijd voelt het goed om samen een beetje dichter bij onze gezamenlijke droom te komen: een wereld waarin we geen geliefden meer verliezen aan kanker. Soms zijn de stappen ook gigantisch, zoals nu. Kom op tegen Kanker investeerde in 2023 immers **20.522.681 euro in 64 onderzoeks- en zorgprojecten**. Met deze beurzen en toelagen maken we een **betere kankerbehandeling, kankerzorg en kankerpreventie** mogelijk.

Aan het realiseren van die droom werken veel mensen mee. Ook jij draagt bij aan de strijd tegen kanker. **Bedankt daarvoor! Dankzij jouw onmetelijke inzet** kunnen we de ziekte in de toekomst nog beter vermijden en kunnen we de overlevingskansen en levenskwaliteit van mensen met kanker blijven verbeteren.

Voor het eerst sloeg Kom op tegen Kanker ook de handen in elkaar met vier andere Europese kankerorganisaties. Met gebundelde kracht creëren we dubbele impact. Daarom stellen we 2 miljoen euro ter beschikking voor drie beloftevolle internationale studies. Zo garanderen we dat er ook Belgische patiënten kunnen deelnemen. De studies willen een doorbraak realiseren in de behandeling van zeldzame kankers, zowel bij baby's, jongeren als volwassenen. Ook met jou blijven we graag de krachten bundelen. Want samen krijgen we kanker klein.

WOORDZOEKER: Bij de specialist

B	A	S	T	R	A	N	E	W	U	O	R	V	P	M	V	D
E	N	V	O	S	E	G	O	O	L	O	T	N	O	R	E	G
D	E	G	E	G	C	D	O	C	T	G	E	E	O	E	R	O
R	S	I	O	R	O	H	E	B	O	H	J	R	C	H	P	O
IJ	T	E	F	O	L	O	I	O	H	E	S	E	S	C	L	L
F	H	M	J	A	L	O	L	L	P	E	E	T	O	S	E	O
S	E	R	H	S	R	O	S	O	D	L	O	T	R	D	E	G
A	S	I	O	E	I	G	C	T	R	K	R	O	C	E	G	R
R	I	S	R	D	U	U	O	N	A	U	L	D	I	E	S	E
T	S	C	R	A	A	P	B	H	O	N	E	I	M	L	T	L
S	T	A	R	A	A	H	C	S	C	D	G	N	E	K	E	L
T	C	N	N	A	A	L	D	V	O	E	R	D	E	R	R	A

ALLERGOLOOG
ANESTHESIST
BEDRIJFSARTS
BUISJES
CARDIOLOOG
DOTTEREN
ECHOGRAFIE
EHBO
GERONTOLOOG
HEUP
KLEEDSCHERM
MICROSCOOP
MRI SCAN
NAALDVOERDER
NEUROLOOG
ONCOLOOG
OOGHEELKUNDE
POEDER
ROESJE
SCHAAR
SCHILDKLIER
VERLOSTANG
VERPLEEGSTER
VROUWENARTS

Als U alle woorden wegstreept, vind je een belangrijk onderwerp terug uit deze samenspraak (9 letters)

Stuur uw antwoord door naar zelfhulp.VGL@gmail.com

Fabrikant
Fahl (Duitsland)

Fabrikant
Inhealth (USA)

Tape Comfort, *zeer flexibel en blijft tot 4 of 5 dagen goed kleven*

SpeakFree HME, *een nieuw filtercassette met een geïntegreerd, regelbaar hands-free spreekventiel*

ZIJN DE PRODUCTEN VAN TWEE VERSCHILLENDE FABRIKANTEN COMBINEERBAAR?

Ja, op voorwaarde dat de fabrikanten de aansluitdiameter van 22mm respecteren.
Door gebruik te maken van deze conventie die meerdere jaren geleden is vastgesteld, heeft dit bijgedragen aan de patiëntenveiligheid en het gemak voor zowel patiënten als voorschrijvende medici.

Elke HME-cassette of handsfree spreekventiel kan zich aanpassen aan elke laryngectomiecanule of stoma klever. Behandelende artsen en patiënten kiezen steeds de beste combinatie, afhankelijk van elke situatie. Dit om steeds de beste en voordeligste combinatie voor de patiënt aan te bieden.

DE FABRIKANTEN DIE WIJ VERTEGENWOORDIGEN VERBINDEN ZICH ERTOE OM DE 22 MM CONVENTIE TE RESPECTEREN.

Voor meer informatie en stalen kan je ons steeds contacteren

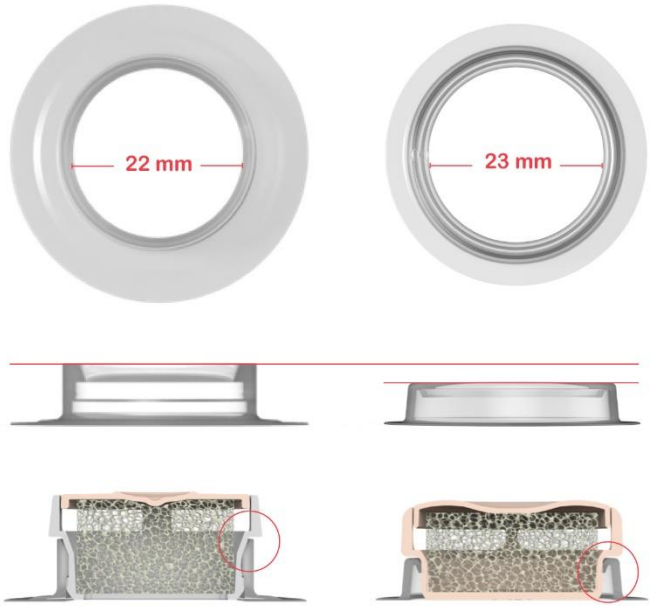
T-STOMA
Akenkaai 69 - 19G • 1000 Brussel
Mail : info@t-stoma.eu • www.t-stoma.eu

PROVOX® Life Breathe better, whatever you do

Verbeterde functionaliteit van de HME dankzij geoptimaliseerde afmetingen

Voor Provox Life™ hebben we de afmetingen van de HME licht gewijzigd, met sterk verbeterde prestaties als resultaat:

- Het vergroten van de diameter van 22 mm naar 23 mm verbetert de bevochtiging en vermindert de ademweerstand.*
- De flexibele, zachtere ring is minder hoog, past beter en zorgt voor een betere afdichting rond de stoma.
- De lagere, bredere ring zorgt ervoor dat de stoma en de stemprothese gemakkelijker schoongemaakt kunnen worden.
- De nieuwe, verstevigde koppeling met SecureFit™ technologie geeft een hoorbare klik zodat u weet dat de HME goed bevestigd is. Hij is compatibel met de hele Provox Life productlijn, zodat u het product kunt kiezen dat het beste bij u past.



Provox koppeling

Provox Life koppeling

Waarom bevochtigen?

Vóór de operatie werd er door de bovenste luchtwegen hard gewerkt om de lucht die u inademt te verwarmen en te bevochtigen. Na een laryngectomie kan een HME dit voor u doen.

De HME 'conditioneert' de lucht die u inademt door deze op een goede vochtigheid en temperatuur te brengen, om uw longen goed te laten functioneren. De HME compenseert dus deels de verloren functies van de bovenste luchtwegen.

Veel mensen merken dat het permanent dragen van een HME hun longgezondheid en kwaliteit van leven verbetert. Dit komt doordat de HME zorgt voor minder slijmproductie, minder hoesten en minder irritatie van de luchtpijp.

Recente studies* tonen aan dat niet enkel het 24 uur gebruik van een HME een belangrijke rol speelt, maar ook de mate van bevochtiging. Kijk op de volgende pagina voor de belangrijkste inzichten.

WAAR KAN IK OP MIJN PC NUTTIGE INFORMATIE VINDEN?

Kom op tegen kanker: www.komoptegenkanker.be
Alles over kanker: www.allesoverkanker.be
LVG, Liga voor Gelaryngectomeerden
Voorzitter: Willem Vertraete, Groeningenlei 77, 2550 Kontich,
tel. 03/457 11 18 E-mail: willem.vertraete2@telenet.be
Secretaris: Paul Graf, Kasteelstraat 17-19 bus 5, 2160 Wommelgem,
tel. 0472 / 64 98 82 E-mail: pgraf@skynet.be

VGL: Zelfhulpgroep UZ Leuven en Vl. Brabant: www.gelaryngectomeerden.be
AVG: gelaryngectomeerden Antwerpen: www.laryngectomie-tracheotomie.be
Gelaryngectomeerden West-Vlaanderen: www.stemband.be
Gelaryngectomeerden Oost-Vlaanderen: www.stembandlozen-oost-vlaanderen.be
LZVG: Gelaryngectomeerden Limburg: www.lzvg.be
Lotgenoten Gelaryngectomeerden Kempen: www.gelaryngectomeerden-kempen.be
NSvG, onze Nederlandse vrienden: http://pvhh.nl/

Stichting tegen kanker: www.kanker.be
Kankerlijn, vragen over kanker: www.kankerlijn.be
Trefpunt Zelfhulp www.zelfhulp.be
Univ. ziekenhuizen Leuven: www.uzleuven.be
Stichting Diagnose Kanker: www.diagnose-kanker.nl
Atos Medical bvba: www.atosmedical.be
T-STOMA: www.t-stoma.be

Wij zijn er voor jullie…

Voorzitter: *Hubert Vos* *0472 79 19 94*
Secretaris*: Firmin Pieck* *0495 18 73 31*
Penningmeester:
Bestuursleden:
Dirk Verbieren *0495 41 41 95*

Ziekenbezoek:
Verantwoordelijke: Eric Deschoenmaeker 0478 97 53 65
Frank Meeus *0471 02 75 72*
Erwin Cool *0477 62 40 30*
Louis Hermans SS.CC *0474 39 92 73*
Gilbert Van de Velde

Ankerleden:
Monique Gentens *0477 31 97 79*
Monique Hubin *0472 39 62 30*
Annie Nijs *0474 85 47 40*
Lea Beelen
Elise Ruttiens

Samenspraak*:* *Firmin Pieck* *0495 18 73 31*