

Trainen ter verbetering van de kwaliteit van leven en het fysiek functioneren bij kanker, welke training, voor welke patiënt en op welk moment?

Maike G. Sweegers en Laurien M. Buffart, namens het POLARIS consortium.

Wetenschappelijk onderzoek heeft eerder* al aangetoond dat fysieke training tijdens en na de behandeling van kanker een verbetering kan geven van kwaliteit van leven en fysiek functioneren.

*Indien geïnteresseerd, zie: *'Effects and moderators of exercise on quality of life and physical function in patients with cancer: An individual patient data meta-analysis of 34 RCTs'*; *Cancer Treatment Reviews* 2017; 52: 91-104

en

*Which exercise prescriptions improve quality of life and physical function in patients with cancer during and following treatment? A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials'. *British Journal of Sports Medicine* 2017; epub 27 september*

Een recent Nederlands wetenschappelijk onderzoek (POLARIS consortium) heeft dit verder geanalyseerd.

De conclusie is dat de mate van verbetering niet blijkt te verschillen tussen patiëntengroepen (leeftijd, geslacht, burgerlijke staat, opleidingsniveau, BMI, type kanker, aanwezigheid van gemetastaseerde ziekte of type behandeling). Wel is duidelijk geworden dat training onder begeleiding (geheel of deels) een groter positief effect geeft dan indien deze begeleiding ontbreekt. Indien er sprake is van oefening onder begeleiding is het type trainingsprogramma (trainingsfrequentie, - intensiteit, - type, sessieduur, energieverbruik) voor het positieve effect niet relevant. Bij training zonder begeleiding is gebleken dat bij een hoger wekelijks energieverbruik daarentegen wel een groter positief effect heeft op kwaliteit van leven en fysiek functioneren.

Het gehele artikel is te vinden in het Ned. Tijdschrift voor Geneeskunde, nr 16, 21 april 2018 op blz 13 tot 18.