

# EEN NAASTE MET KANKER ONDERSTEUNEN: DE ZIEKTE EN DE BEHANDELINGEN BEGRIJPEN

## Training voor families en naasten van personen met kanker

Begrijp de ziekte, de behandelingen en hun effecten om uw naaste beter te ondersteunen

<b>Duur</b> : 2 uur	<b>Modules</b> : 4 modules
<b>Lessen</b> : 16 lessen	<b>Doelgroep</b> : Families en naasten van personen met kanker
<b>Formaat</b> : 100 % online, asynchroon	<b>Aanbieder</b> : N° 11757351875
<b>Certificering</b> : Qualiopi	<b>Tarief</b> : Op aanvraag

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

## Opleidingsbeschrijving

Deze training van 2 uur is speciaal ontwikkeld voor families en naasten van personen met kanker. De diagnose kanker verstoort het hele gezin en vaak bevinden naasten zich in de situatie dat ze moeten begeleiden zonder echt te begrijpen wat er medisch gebeurt. Deze opleiding biedt een duidelijke en toegankelijke uitleg over de ziekte, de belangrijkste behandelingen en hun effecten. U leert hoe u uw naaste beter kunt ondersteunen in elke fase van het zorgtraject, terwijl u ook leert om voor uzelf te zorgen. Geen medische voorkennis vereist.

## Module-overzicht

<b>MODULE 1</b>	Begrijp kanker zonder medische jargon	4 lessen
<b>MODULE 2</b>	De behandelingen en hun effecten op de dagelijkse leven	4 lessen
<b>MODULE 3</b>	Uw naaste dagelijks ondersteunen	4 lessen
<b>MODULE 4</b>	Zorg goed voor uzelf	4 lessen

## Leerdoelen

### Leerdoelen

- De basisprincipes van kanker begrijpen zonder medisch jargon
- De verschillende behandelingen en hun bijwerkingen herkennen
- Weten hoe u uw naaste emotioneel en praktisch kunt ondersteunen
- Leren omgaan met noodsituaties en wanneer de dokter te bellen
- Begrijpen wat uw naaste emotioneel doormaakt tijdens elk stadium
- Uw eigen welzijn beschermen als mantelzorger

## Algemene informatie

<b>Duur</b>	2 uur
<b>Doelgroep</b>	Families en naasten van personen met kanker
<b>Vereisten</b>	Geen, opleiding toegankelijk voor alle volwassenen
<b>Prijs</b>	Sur devis – TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
<b>Certificering</b>	Qualiopi – Attestation de fin de formation
<b>Organisatie</b>	DYNSEO – N° de déclaration d'activité : 11757351875

**Les 1 - Wat is kanker — de essentiële basisprincipes**

- Hoe een normale cel een kankercel wordt: eenvoudige uitleg
- Het verschil tussen goedaardige en kwaadaardige tumoren
- De meest voorkomende kankers: borst, long, colorectaal, prostaat
- Gelokaliseerd, gevorderd, gemetastaseerd: betekenis voor de toekomst

**Les 2 - Begrijpen van het zorgtraject**

- De diagnose: biopsie, scan, MRI - waarvoor dienen deze onderzoeken
- De multidisciplinaire overlegvergadering: wie beslist wat en waarom
- De grote stappen: chirurgie, chemotherapie, radiotherapie gecombineerd
- De rol van de coördinerende verpleegkundige als sleutelcontactpersoon

**Les 3 - De chirurgie — wat uw naaste zal doormaken**

- Voor de operatie: pre-operatieve onderzoeken en hoe te helpen
- Tijdens de ziekenhuisopname: bezoeken, ondersteuning, praktische organisatie
- Na de operatie: pijn, mobiliteit, genezing, vermoeidheid - wat normaal is
- Mogelijke gevolgen: stoma, mastectomie, reconstructie

**Les 4 - Remissie en terugval — leven met onzekerheid**

- Wat betekent 'in remissie zijn': genezen of onder toezicht?
- De angst voor terugval: alomtegenwoordig, normaal, soms overweldigend
- Wat er gebeurt bij terugval: nieuwe opties, moeilijke beslissingen
- Ondersteunen in onzekerheid zonder het te verergeren

**Les 1 - Chemotherapie — begrijpen om beter te begeleiden**

- Hoe het werkt en waarom het zo vermoeiend is
- Meest voorkomende bijwerkingen: misselijkheid, vermoeidheid, haaruitval, mucositis
- Neutropenie: verzwakt immuunsysteem - de voorzorgsmaatregelen
- Wat u concreet kunt doen tijdens de chemotherapiecycli

**Les 2 - De radiotherapie en moderne therapieën**

- Radiotherapie: hoe het werkt, lokale effecten per behandeld gebied
- Stralingsmoeheid: anders dan chemomoeheid, hoe te begeleiden
- Immunotherapie en gerichte therapieën: specifieke effecten
- Hormonotherapie: lange duur, effecten op stemming en lichaam

**Les 3 - Beheer de bijwerkingen thuis**

- Misselijkheid: aangepaste voeding, positionering, anti-emetische medicatie
- Mondmucositis: zachte mondhygiëne, koude en zachte voeding
- Extreme vermoeidheid: rust respecteren zonder sedentaire levensstijl
- Haaraanwas: voorbereiden, hoofdhuidverzorging, vergoede haarprotheses

**Les 4 - Wanneer de dokter in geval van nood te bellen**

- Koorts onder chemotherapie: absolute urgentie, nooit wachten
- Ongewone bloeding, plotselinge kortademigheid, scherpe pijn
- De noodnummers altijd bij de hand houden
- Een medisch nooddossier voorbereiden voor noodgevallen

**Les 1 - Wat uw naaste emotioneel doormaakt**

- De schok van de diagnose: ontkenning, woede, verdriet, angst - normaal
- Ambivalentie tijdens behandelingen: willen genezen en het niet meer aankunnen
- Reconstructie na behandelingen: het leven na kanker is geen terugkeer

- Wat uw naaste nodig heeft: aanwezigheid, luisterend oor, normaliteit

## Les 2 - Wat u kunt zeggen — en wat u beter kunt vermijden

- De meest voorkomende onhandige zinnen en waarom ze kwetsend zijn
- Wat uw naaste echt moet horen: validatie, aanwezigheid, open vragen
- Wanneer uw naaste niet over zijn ziekte wil praten: respecteren
- Hoe gewone gesprekken te onderhouden: over iets anders praten is essentieel

## Les 3 - De dagelijkse praktische organisatie

- Vervoer naar het ziekenhuis: organiseren gedurende de behandelingen
- Boodschappen, maaltijden, onderhoud: hoe u zich kunt verdelen
- Coördinatie met andere familieleden of vrienden
- Digitale hulpmiddelen: organisatie-apps tussen mantelzorgers

## Les 4 - Een normaal leven behouden ondanks de ziekte

- Waarom normaliteit therapeutisch is: uw naaste niet reduceren tot zijn ziekte
- Activiteiten voortzetten: aangepaste uitjes, vrijetijdsbesteding, sociaal leven
- De kinderen in huis: hoe hen te informeren en te beschermen
- Ruimtes van lichtheid, humor en vreugde beschermen

## MODULE 4

### Zorg goed voor uzelf

4 lessen

## Les 1 - Wat u ook meemaakt

- Het vicariaat trauma: geraakt worden door het lijden van de ander
- De angst om uw naaste te verliezen: een echte pijn die erkenning verdient
- De uitputting van de oncologische mantelzorgers: intens, vaak plotseling
- De schuld om goed te zijn terwijl uw naaste lijdt

## Les 2 - Ondersteuning vinden

- De Liga tegen Kanker: diensten voor naasten, niet alleen voor zieken
- Praatgroepen voor families: wat je daar echt vindt
- Individuele psychologische ondersteuning: snel en gemakkelijk toegang
- Niet alleen blijven met je angsten: erover praten is de eerste zorg

## Les 3 - Organiseer uw leven tijdens de behandelingen

- Het verloop voor mantelzorgers: uw rechten, hoe ervan te profiteren
- Uw werk beheren: mogelijke aanpassingen tijdens deze periode
- Uw eigen activiteiten en relaties onderhouden: essentieel om vol te houden
- Hulp vragen aan de omgeving: hoe te formuleren, wat te delegeren

## Les 4 - Voorbereiden op de toekomst — met hoop en helderheid

- Het leven na de behandelingen: uw naaste en u hebben behoefte aan herstel
- Anticiperen op de behoeften van langdurige opvolging en monitoring
- Verenigingen van kankeroverlevenden: ook middelen voor naasten
- Een relatie als koppel of vriendschap terugvinden voorbij de ziekte

## Lesmethoden

- 100% online leerprogramma
- Toegang 24/7 vanaf elk apparaat
- Educatieve video's en infographics
- Praktische hulpmiddelen en checklists
- Attestatie van deelname aan het einde van de training