

Voor u ligt de derde nieuwsbrief van de EnCoRe-studie, waarin we u graag informeren over de studie, de ontwikkelingen in het afgelopen jaar en de huidige stand van zaken.

## DE ENCORE-STUDIE

De EnCoRe-studie (Energie voor het leven na ColoRectaalkanker) onderzoekt de invloed van leefstijlfactoren op de kwaliteit van leven van personen die leven met de diagnose dikkedarmkanker, ook wel colorectaalkanker genoemd. We hopen hiermee relevante vragen te kunnen beantwoorden zoals: 'Is een gezond eetpatroon goed voor de kwaliteit van leven?', 'Is vaak en meer bewegen beter voor de kwaliteit van leven?' en 'Welke rol speelt een gezonde lichaamssamenstelling hierbij?'

De EnCoRe-studie is in 2012 gestart in twee delen. Het eerste deel bij personen die 2 tot 10 jaar geleden waren behandeld voor dikkedarmkanker is inmiddels afgerond. Er hebben 155 (ex-)patiënten deelgenomen. Het tweede deel loopt nog. Hiervoor worden nieuwe patiënten gevolgd vanaf de diagnose tot 2 jaar na afloop van hun behandeling. Aan deze lopende studie doen tot op heden al meer dan 150 patiënten mee.

### Website

Sinds kort heeft de EnCoRe-studie een eigen website: [www.encorestudie.nl](http://www.encorestudie.nl). U vindt hier informatie over de doelen en achtergrond van de studie en de leden van het onderzoeksteam stellen zich voor.

### Donatie voor de EnCoRe-studie

Op 23 april werd door de Lions Club Venray Peelparel een bedrag van €8.750 opgehaald wat volledig is geschonken aan de EnCoRe studie. Op de foto ziet u links onze projectleider Professor Matty Weijnenberg die de cheque in ontvangst neemt.



## EERSTE RESULTATEN

Op dit moment worden de verzamelde gegevens van het afgeronde deel van de EnCoRe-studie geanalyseerd. De eerste resultaten zijn erg interessant.

Uit de zelf-gerapporteerde gegevens over de mate van beweging is gebleken dat deelnemers die aangeven meer te bewegen ook een betere kwaliteit van leven rapporteren. De levenskwaliteit hangt niet alleen samen met meer matig tot intensief bewegen (bijv. stevig wandelen of zwaar huishoudelijk werk), zoals in de richtlijnen wordt aanbevolen, maar ook met meer laag intensief bewegen (bijv. rustig wandelen of licht huishoudelijk werk).

Met de gegevens van de bewegingsmeters is daarnaast aangetoond dat de deelnemers die dagelijks meer tijd zittend of liggend doorbrengen (zgn. sedentair gedrag) een lagere kwaliteit van leven rapporteren. Hierbij is het van belang om te melden dit geldt ongeacht of men de rest van de tijd wel voldoende beweegt.

### Evenementen 2014 / 2015

- **Symposium Kankeronderzoekfonds Limburg (KOFL):** Tijdens een bijeenkomst van het KOFL in februari hebben medewerkers van de EnCoRe-studie een presentatie gegeven over gezondheidsverbetering voor de patiënt met darmkanker.
- **Koffie voor Kanker:** Bij het Koffie voor Kanker moment op 25 november hebben onder meer medewerkers van de EnCoRe-studie koffie geschonken in het azM om geld in te zamelen voor kankeronderzoek.

Op Wereldkankerdag, op 4 februari, zal er weer koffie geschonken worden in de hal van het ziekenhuis.

- **Five4Five:** Op 17 mei 2015 vindt er een sportieve prestatietocht plaats waarbij er gewandeld of gefietst kan worden voor het goede doel. Iedereen kan meedoen en zo zijn of haar steentje bijdragen. Ook vanuit het EnCoRe-team zullen we vertegenwoordigd zijn.

## NIEUWS

### Nationale en internationale projecten

Binnen de EnCoRe-studie wordt samengewerkt met nationale en internationale onderzoeksgroepen. Het afgelopen jaar is er subsidie gekregen om gegevens van de EnCoRe-studie te combineren met gegevens van vergelijkbare studies in binnen- en buitenland. Zo kan er in grotere groepen bijvoorbeeld gekeken worden naar de gevolgen van een ongezonde lichaamssamenstelling ten tijde van de diagnose en zullen er in de verzamelde bloedmonsters zogeheten voedingsmarkers, zoals de vitamine D en B status, worden bepaald.

### Uitbreiding van de EnCoRe-studie naar de regio

In het afgelopen jaar is de EnCoRe-studie uitgebreid! Nieuwe deelnemers worden geworven in twee nieuwe ziekenhuizen. Dit zijn het VieCuri Medisch Centrum te Venlo en Venray (sinds februari) en het Orbis Medisch Centrum te Sittard-Geleen (sinds oktober). Door de goede hulp uit de regio hopen we het aantal deelnemers aan onze studie aanzienlijk te kunnen vergroten.