



Deze folder is een initiatief van
patiëntenbeweging Levenmetkanker



In samenwerking met
Borstkankervereniging Nederland



Aan de ontwikkeling werkten mee:

Mario van Mierlo,
VNO-NCW en MKB-Nederland
Wouter van Ginkel,
Werkgeversforum Kroon op het Werk
Tomas Rejda,
bedrijfsartsconsulent - NVAB
Helen van Dijk, *oncologieverpleegkundige - V&VN*

Met dank aan subsidie van Stichting Instituut Gak



Levenmetkanker, september 2015
Ontwikkeling: Tamara Raaijmakers
Redactie: Jolanda Hamers

De adviezen, tips en suggesties in deze folder zijn afkomstig van werkgevers en werknemers, die ervaring hebben met kanker en werk.

Ook is dankbaar gebruik gemaakt van de expertise van in kanker en werk gespecialiseerde bureaus, bedrijfsartsen, bedrijfsverpleegkundigen, medisch specialisten, oncologieverpleegkundigen en wetenschappelijk onderzoekers.

We streven er naar dat naast werkgevers ook werknemers met borstkanker kennisnemen van deze folder. En de folder aan hun werkgever of direct leidinggevende overhandigen.

Er zijn ook werkgeversfolders over andere specifieke kankersoorten en werk. Zie hiervoor de website www.kankerenwerk.nl.

Jaarlijks circa 12.000 vrouwen en 100 mannen
.....
Voor vrouwen de meest voorkomende kankervorm
.....
85-98% overlevingskans bij vroege ontdekking
.....
Steeds meer mensen met borstkanker werken
.....
Zelden volledige arbeidsongeschiktheid
.....
Voorwaarden: begeleiding op maat
.....
In gesprek blijven
.....
Doorlopende aandacht voor het werk

BORSTKANKER EN WERK

informatie voor werkgevers

Deze folder biedt u als werkgever informatie over de gevolgen van borstkanker voor het werk. Het uitgangspunt is dat uw medewerker u over de ziekte heeft verteld. Wettelijk gezien hoeft dat niet. In de praktijk blijkt dat openheid en in gesprek zijn bijdragen aan het kunnen blijven werken met kanker.

Bij deze folder hoort de brochure 'Kanker en werk, informatie voor werkgevers'. Deze brochure is te downloaden van: www.kankerenwerk.nl.

De diagnose borstkanker, wat kan ik als werkgever doen?

De diagnose borstkanker is ingrijpend. Het confronteert uw medewerker, uzelf en directe collega's met een levensbedreigende ziekte. Iedereen reageert daar anders op. Ook speelt werk in ieders leven een andere rol. En de kijk op werk kan veranderen door de ervaring met kanker. Dit maakt dat de afstemming over het werk met uw medewerker **maatwerk** is. Deze folder gaat in op de effecten van de behandeling van borstkanker voor het werk.

Deze folder is een aanvulling op de algemene brochure **Kanker en werk, informatie voor werkgevers**. Daarin staat wat u als werkgever kunt doen als uw medewerker kanker heeft. Met praktische tips en suggesties om het werk samen met uw medewerker vorm te geven.

ADVIES Het is van belang om samen met uw medewerker te bekijken hoe het ziekteproces verloopt en hoe werk daarin een plaats krijgt. Met als advies: als werken mogelijk is, stimuleer dat uw medewerker aan het werk blijft.

DOEN Doe kennis op over borstkanker. U hoeft geen medicus te zijn om uw medewerker goed te begeleiden. Het is wel handig om enig inzicht te hebben in de gevolgen van de behandeling van borstkanker en de mogelijke gevolgen voor het werk. Op de volgende bladzijde vindt u een overzicht.

NIET DOEN Ervan uitgaan dat uw medewerker geen contact met het werk wil, en niet wil of kan werken tijdens de behandeling. Iedereen reageert anders op de behandeling en de gevolgen daarvan. Blijf contact houden en vraag aan uw medewerker hoe het gaat. En bespreek op welke manier het werk een plaats krijgt tijdens de behandeling.

TIP Om de gevolgen van de behandeling te vertalen naar het werk, kunt u de bedrijfsarts gericht informatie laten inwinnen bij de behandelend arts of (oncologie) verpleegkundige. Dit kan alleen met toestemming van uw medewerker.

Weer aan het werk

ADVIES Als het kan, uw medewerker stimuleren zo snel mogelijk aan het werk te gaan. Wel in wederzijds overleg en met een gefaseerde opbouw van het aantal uren. In de brochure Kanker en Werk en op www.kankerenwerk.nl vindt u meer informatie hierover.

DOEN Bekijk samen met uw medewerker of er aanpassingen in het werk, de werktijden of de werkomgeving nodig zijn. En welke ideeën de medewerker daarover heeft.

NIET DOEN Uw medewerker pushen weer aan het werk te gaan. Dat werkt vaak averechts. Denk ook niet dat na de behandeling geen extra aandacht voor uw medewerker meer nodig is. Houd rekening met vermoeidheid, concentratie- en geheugenproblemen, en een mogelijke terugslag fysiek en of psychisch. Ook kan er onzekerheid zijn over de terugkeer van de kanker of mogelijke uitzaaiingen.

TIP Stimuleer dat uw medewerker lichamelijk actief is en werkt aan de eigen belastbaarheid. Dit kan via (werkgerichte) revalidatieprogramma's, sporten of bewegen (onder begeleiding). Steeds vaker kan dit ook tijdens de behandeling.

De behandeling en mogelijke gevolgen voor het werk

De behandeling van borstkanker is vaak een combinatie van operatie en bestraling. Of operatie, bestraling en chemotherapie. Ook komen immuuntherapie in de vorm van specifieke

medicijnen en hormoontherapie voor. De tabel geeft een samenvatting van mogelijke gevolgen van de behandeling, ook voor het werk. De gevolgen zijn niet voor iedereen gelijk.

Behandeling	Gevolgen	Lange termijn gevolgen	Rekening mee houden in het werk
Operatie Een borstsparende operatie, een borstampatie of weghalen van lymfklierweefsel.	Beperkte arm- en schouderfunctie. Vocht vasthouden (oedeem). Minder gevoel of zenuwpijn in arm en schouder.	Sociale en emotionele gevolgen (verminking van het lichaam).	Bepaalde werkzaamheden zijn door de vermindering van de arm- en schouderfunctie (tijdelijk) niet meer mogelijk. Psychosociale klachten die het werken kunnen bemoeilijken.
Bestraling (radiotherapie)	Stijfheid van spieren, vocht vasthouden (oedeem).	Vermoeidheid.	Bepaalde werkzaamheden zijn door de vermindering van de arm- en schouderfunctie (tijdelijk) niet meer mogelijk.
Chemotherapie	Misselijkheid, braken, wondjes in de mond, gewichtsproblemen, vermoeidheid, haaruitval, verhoogd risico op infecties.	Psychische klachten, vermoeidheid, concentratie- en geheugenproblemen. Schade aan organen (huid, hart, longen, gehoor) en het zenuwstelsel, onvruchtbaarheid.	Als uw medewerker aangeeft te kunnen werken tijdens de behandeling, bekijk welke aanpassingen in het werk nodig zijn, zoals afgebakende taken zonder tijdsdruk. Bekijk ook mogelijkheden om meer flexibel of thuis te werken.
Immuuntherapie	Grieperig gevoel, koorts, hoofdpijn, maag-darmproblemen.	Vermoeidheid.	Behandeling die gemiddeld een jaar duurt.
Hormoontherapie	Misselijkheid, stemmingswisselingen, opvliegers, slaapproblemen, gewrichten spierklachten.	Psychische klachten, botontkalking (hoger risico op botbreuken), gewichtstoename.	Houd rekening met een langere tijd van klachten: de therapie duurt gemiddeld 5 jaar.