

Lees hier de studie: **Structured Exercise after Adjuvant Chemotherapy for Colon Cancer**, Kerry Courneya, 2025, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40450658/>

Gestructureerde (bewegins-) oefeningen bijkomend na de chemo therapie bij darmkanker,

In het kort:

Er werden patiënten geselecteerd die colonkanker hebben gehad en behandeld met een chirurgisch wegnemen van weefsel = gereserceerd.

De patiënten werden in 2 groepen onderverdeeld.

- Een groep die een begeleid gestructureerd bewegings"programma" kregen.
- Een andere groep die zelf aan de slag kon gaan met doorgestuurde bewegings"educatie".

Een totaal van 889 patiënten werden willekeurig verdeeld onder de 2 groepen.

Het primaire einddoel was ziektevrje overleving.

Dit over een periode van 3 jaar.

De ziektevrje overleving was significant hoger in de bewegingsgroep.

De 5-jaars overleving in de bewegingsgroep was 80,3%.

De 5-jaars overleving in de educatiegroep was 73,9%.

De algemene overleving was ook langer in de bewegingsgroep.

De 8-jarige algemene overleving was 90,3% in de bewegingsgroep.

In de educatiegroep was dat 83,2%.

Musculoskeletale bijwerkingen kwamen meer voor in de bewegingsgroep dan in de educatiegroep.

Besluit

Een 3 jaar durend gestructureerd begeleid bewegingsprogramma, gestart snel na het beëindigen van chemotherapie voor geresceerde colonkanker resulteert in een langere ziektevrje overleving en langere totale overleving.

(2025 Massachusetts Medical Society, gesponserd door de Canadese Kankervereniging)