

Aanvullend competentieprofiel BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise

Het competentieprofiel BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise is een aanvulling op het competentieprofiel van de BLCN-leefstijlcoach (vastgesteld op 14 februari 2023) en is vastgesteld op 2 april 2025.

Voor de leesbaarheid van deze tekst hebben we de persoon die gecoacht wordt coachee genoemd. Uiteraard kan hier ook cliënt, patiënt, deelnemer, etcetera gelezen worden. Voor diezelfde leesbaarheid hebben we de coach vrouwelijk gemaakt en de coachee mannelijk.

Introductie BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise

Tussen de 70 en 90% van de meest voorkomende chronische ziekten, waaronder kanker, wordt tegenwoordig veroorzaakt door leefstijlfactoren. Als BLCN-leefstijlcoach zijn we betrokken bij de preventie, behandeling en het herstel van deze chronische ziekten door in te spelen op die leefstijlfactoren.

Het rapport van IKNL over kanker in 2032 laat het volgende zien:

Al jaren is kanker een van de ziektes met de grootste ziektelast in Nederland. Kanker heeft niet alleen een enorme impact op patiënten en hun naasten, maar ook op de maatschappij en de zorg. Als het aantal kankerpatiënten in de komende jaren verder stijgt, zal deze impact alleen nog maar groter worden. Het is daarom belangrijk om een inschatting te maken van wat ons de komende jaren te wachten staat. Op basis daarvan kunnen plannen gemaakt worden om de zorgvraag zo goed mogelijk op te vangen en de impact van kanker te verminderen.

- Het aantal nieuwe kankerdiagnoses neemt de komende tien jaar flink toe naar ruim 150.000 diagnoses per jaar. Dat komt zowel door de vergrijzing als door de leefstijl. Deze toename is in de komende tien jaar voor het grootste deel niet meer te voorkomen.
- Door het stijgende aantal mensen dat kanker krijgt en de afnemende kans om daaraan te overlijden, neemt het aantal mensen dat kanker heeft (gehad) toe. In 2032 leven ongeveer 780.000 mensen in Nederland die in de tien jaar daarvoor een kankerdiagnose hebben gehad (10-jaarsprevalentie). In totaal zijn er in 2032 bijna 1,4 miljoen mensen die ooit de diagnose kanker hebben gehad en nog in leven zijn. Deze mensen kunnen nog langdurig zorg nodig hebben.
- 1 op de 4 mensen met en na kanker is ernstig vermoeid, 1 op de 3 heeft angstklachten en ruim 1 op de 3 kan niet als vanouds sociaal functioneren.

Bron: Praagman, Slotman et al, 2022. *Kanker in Nederland, Trends & prognoses tot en met 2032*. IKNL <https://iknl.nl/kanker-in-2032>. ISBN 978-90-72175-52-6)

Van zorgprofessionals wordt steeds meer een andere aanpak verwacht in de behandeling van chronische (leefstijlgerelateerde) ziekten. Leefstijlcoaching speelt hierbij een belangrijke rol.

De BLCN heeft het algemene competentieprofiel aangevuld met het expertisegebied BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise. Dit competentieprofiel is gericht op de BLCN-leefstijlcoach die coachees met de diagnose kanker wil begeleiden. Het expertisegebied BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise, zoals beschreven in dit document, kan beschouwd worden als aanvulling op het competentieprofiel van de BLCN-leefstijlcoach. Het expertisegebied beschrijft aanvullende kennis en vaardigheden die de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise nodig heeft om haar specifieke rol in de coaching voor de coachee met en na kanker te kunnen vervullen.

Doelgroep

De doelgroep van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise omvat coachees met kanker in elke leeftijdsfase, in elk stadium van de ziekte en in alle velden waar de BLCN-leefstijlcoach werkzaam kan zijn.

Het competentieprofiel van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise

In dit competentieprofiel worden de aanvullende kennis, vaardigheden en attitude beschreven die BLCN-leefstijlcoaches nodig hebben om de rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise te kunnen vervullen. In deze rol begeleidt de coach de coachee en zijn naasten in het proces van gedragsverandering naar een gezondere leefstijl en informeert ze over de positieve effecten van gezonde leefstijl met en na kanker. Hierbij speelt zelfmanagement een belangrijke rol.

1. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als

Vakinhoudelijk specialist

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise heeft praktijkgeoriënteerde basale kennis over de diverse soorten kanker en de mogelijkheden om die met leefstijl te beïnvloeden. Daarnaast is zij in staat om de coachee te coachen bij het verbeteren en/of optimaliseren van zijn leefstijl tijdens en na behandeling van kanker. Ook is zij bekend met de fysieke, emotionele en sociale impact van diagnose en behandeling van kanker, en kan zij de coachee hierin ondersteunen.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Heeft kennis van de bevindingen en aanbevelingen van het World Cancer Research Fund;
- Heeft relevante kennis van de oncologische ziektebeelden, de verschillende klinische behandelingen en medicatie en de bijwerkingen die kunnen ontstaan;

- Heeft relevante kennis van de late effecten zoals pijn, oncologische huiddefecten, kankergerelateerde vermoeidheid en de bijbehorende leefstijlinterventies;
- Kan haar kennis van de samenhang tussen de verschillende leefstijlfactoren (voeding, beweging, stress, ontspanning, slaap, sociale omgeving) inzetten om te komen tot een duurzame gedragsverandering richting een gezondere leefstijl;
- Heeft relevante kennis van de effecten van leefstijl tijdens en na de behandeling van kanker;
- Beschikt op hoofdlijnen over relevante kennis van de bijwerkingen van medicatie voor de oncologische behandeling (zoals gewichtsveranderingen, slaapproblemen, algemene zwakte, prikkelbaarheid, depressieve gevoelens en overgangsverschuiven), en de mogelijke inzet van supplementen op medisch voorschrift, en maakt dit bespreekbaar tijdens de coaching;
- Heeft kennis van de diverse complementaire mogelijkheden voor oncologische ondersteuning om een optimale kwaliteit van leven voor de coachee te realiseren binnen de grenzen van de ziekte, en verwijst zo nodig door;
- Heeft kennis van de emotionele en sociale impact die een diagnose van kanker en de daaropvolgende behandeling en revalidatie kunnen hebben op de coachee;
- Heeft kennis van de verschillende transities waar de coachee doorheen gaat;
- Heeft kennis van rouw, verlies, coping en zingeving, en kan de coachee begeleiden met de verwerking, en het vinden van zingeving in deze fase van het leven;
- Kan, waar mogelijk en wenselijk, de naasten van de coachee betrekken bij de zorg en hem op passende wijze ondersteunen door aanmoediging, hulp bij het aangeven van eigen grenzen en het verstrekken van informatie;
- Is in staat om de kwaliteit van leven en/of het onnodig lijden met de coachee, naasten en betrokken zorgverleners bespreekbaar te maken;
- Is in staat om een individueel en/of groepsgericht leefstijlprogramma op te stellen dat gericht is op het verbeteren van leefstijl voor, tijdens en na de oncologische behandeling;
- Kan de coachee ondersteunen in de gedragsverandering, met inachtneming van de fase waarin de coachee zich bevindt: preventief, curatief, herstelfase, palliatief, terminaal;
- Kan de coachee ondersteunen op het gebied van psychosociale begeleiding;
- Kan een plan van aanpak opstellen om de coachee te ondersteunen bij het behoud van een optimale fysieke gesteldheid tijdens en na de oncologische behandelingen en het minimaliseren van de impact van bijwerkingen;
- Heeft kennis van het belang van ontspanning als onderdeel van het herstel tijdens en na kanker;
- Heeft kennis van de diverse mogelijkheden voor oncologische revalidatie voor een zo optimaal mogelijke terugkeer in het dagelijks leven, zoals werk en gezin.

2. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als

Organisator

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise organiseert, coördineert en registreert haar eigen werkzaamheden en de zorg voor de coachee. Dit doet zij in samenwerking met partners in het werkveld oncologie, om zo de continuïteit van de zorg te waarborgen.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Is in staat deel te nemen aan een netwerk met relevante professionals en dit netwerk te onderhouden binnen het werkgebied oncologie;
- Kan, door het verkennen van het eigen netwerk en dat van de coachee, de coachee doorsturen naar een andere partij wanneer dit passend is;
- Heeft uitstekende kennis van de sociale kaart ten aanzien van de oncologische zorg.

3. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als

Communicator

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise richt haar communicatie op zowel de coachee, collega's als op andere samenwerkingspartners binnen het werkgebied oncologie. Als communicator is zij gericht op effectieve uitwisseling van informatie en kan ze de informatiebehoefte van anderen inschatten.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Stemt de coaching af op de draagkracht van de coachee;
- Is zich bewust van de impact van het behandelplan, het medische team en de veranderde regie bij de coachee;
- Heeft inzicht in de leefwereld van de coachee en zijn omgeving;
- Is objectief wanneer de relatie tussen zorgprofessionals en coachee wordt besproken;
- Is zich bewust van de invloed die zij heeft in een gesprek met de coachee en wat dit doet met hem;
- Is zich bewust van de voornamelijk coachende rol die zij heeft ten opzichte van de coachee.

4. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als

Gezondheidsbevorderaar

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise ondersteunt de coachee met en na kanker in hun leefstijl om de gezondheid en de kwaliteit van leven te behouden of te verbeteren. Door het bieden van kennis, vaardigheden en ondersteuning helpt de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise de coachee om zelf waar mogelijk de regie te nemen over zijn gezondheid en welzijn.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Is op de hoogte van cultuurgebonden opvattingen van gezondheid en cultuurgebonden gezondheidsproblemen;
- Is in staat aan te sluiten bij de behoeften en wensen van de coachee in alle fasen van de oncologische (na)zorg;
- Herkent de signalen van (dreigende) onder- of overbelasting en heeft kennis over het voorkomen hiervan;
- Is in staat angst, depressie, verdriet en andere psychosociale gevolgen van het hebben van kanker te herkennen en bespreekbaar te maken;
- Is in staat om problemen rondom intimiteit, seksualiteit en vruchtbaarheid tijdens en na de oncologische behandeling te herkennen en/of bespreekbaar te maken.

5. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als

Samenwerker

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise werkt samen met andere zorgprofessionals in het werkveld oncologie om de juiste zorg en ondersteuning voor de coachee te organiseren. De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise helpt de coachee om verbindingen te leggen tussen de verschillende professionals in het werkveld oncologie die een bijdrage kunnen leveren aan zijn kwaliteit van leven. De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise draagt daarnaast bij aan de positionering van het vakgebied door het opbouwen van constructieve samenwerkingen met partners in de oncologie op lokaal, regionaal en/of landelijk niveau.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Kent de sociale kaart met daarin de maatschappelijke partners voor de coachee met kanker en hun naasten en verwijst wanneer nodig door;
- Weet welke positie zij inneemt ten opzichte van de vele domeingrenzen van zorgprofessionals en weet binnen én over deze domeingrenzen heen samenwerkingsverbanden te realiseren.

6. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als **Evidence based professional**

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise werkt waar mogelijk volgens wetenschappelijke richtlijnen en richt zich bij het coachen zoveel mogelijk op de principes van evidence based practice.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Is op de hoogte van de ontwikkelingen op het gebied van leefstijl en oncologie;
- Houdt haar kennis bij over actuele wetenschappelijke ontwikkelingen en inzichten over de impact van leefstijl op de preventie, de oncologische behandeling en de fase van herstel.

7. De rol van de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise als **Professional en kwaliteitsbevorderaar**

Context

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise beïnvloedt samen met vakgenoten de beeldvorming en het positieve imago van het vakgebied. Ze laat zien waar het vakgebied voor staat en wat de BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise bijdraagt aan de kwaliteit van leven van de coachee. De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise heeft visie, bevlogenheid en betrokkenheid. Zij vindt het een uitdaging om met de coachee te werken, toont respect en oprechte interesse en heeft aandacht voor het unieke van ieder individu.

Kennis & Vaardigheden

De BLCN-leefstijlcoach met oncologische expertise:

- Kan eigen gevoelens, zoals herkenning, machteloosheid of verdriet op het gebied van oncologie herkennen, benoemen en professioneel hanteren;
- Draagt bij om zoveel mogelijk mensen te voorzien van kennis, vaardigheden en eventuele hulpmiddelen om hun gezondheid te optimaliseren voor, tijdens en na een kanker diagnose;