



Onderzoeksteam

Prof dr Ellen Kampman is professor Voeding en Ziekte aan de Wageningen Universiteit en hoofdonderzoeker van de COLON studie.



Ir Moniek van Zutphen promoveert aan de Wageningen Universiteit. Zij doet onderzoek naar het verband tussen leefstijlpatronen en de terugkeer en overleving van dikke darmkanker.



Ir Vera Wesselink promoveert aan de Wageningen Universiteit. Vera richt zich op vitamine D binnen de COLON studie.



Dr Fränzel van Duijnhoven (epidemioloog) is senior onderzoeker van de COLON studie. Daarnaast begeleidt ze Vera, Anne en Moniek.



Ir Anne Geijssen promoveert aan de Wageningen Universiteit. Zij kijkt naar biomarkers van ontwikkeling, progressie en overleving van dikke darmkanker.



Ir Harm van Baar promoveert aan de Wageningen Universiteit. Hij onderzoekt de rol van lichaamssamenstelling op het verloop van dikke darmkanker.



Dr Diewertje Kok (medisch bioloog) is senior onderzoeker van de COLON studie. Daarnaast begeleidt ze Anne.



Ir Nynke Groot Koerkamp is onderzoeksmedewerker en zorgt samen met de promovendi voor alle praktische zaken in de COLON studie.



Beste deelnemer,

In deze editie van het ColoNews brengen we u graag op de hoogte van de laatste ontwikkelingen binnen de COLON studie. Ook bij ons heeft de Coronacrisis zijn impact en heeft de COLON studie zelfs even stil gelegen. Gelukkig kunnen we onder de huidige omstandigheden weer aan de slag! We stellen u in dit ColoNews onder andere voor aan een nieuwe onderzoeksmedewerker. Daarnaast vertellen verschillende promovendi en masterstudenten over de resultaten van hun onderzoek. Genoeg interessants om over te lezen!

De COLON studie ten tijde van Corona

Sinds halverwege maart is er voor Nederland veel veranderd. Zo ook voor het onderzoek & onderwijs op de Wageningen Universiteit.

Direct na de aangekondigde maatregelen is de verzending van de pakketten voor de COLON studie stilgelegd en zijn de onderzoeksmedewerkers en studenten vanuit huis gaan werken. Af en toe werd op de universiteit de terugkomende post nog verwerkt, maar verder was er opeens bijna niemand meer in het 9 verdiepingen tellende onderzoeksgedouw (Helix) te vinden.

Naast dat veel studies met deelnemers zijn stilgelegd, hebben de maatregelen ook een grote invloed op het onderwijs. In korte tijd zijn veel vakken, met bijbehorende colleges en groepswork, omgezet van de campus naar de online leeromgeving. Veel studenten hebben daarbij de keuze gemaakt om Wageningen te verruilen voor hun ouderlijk huis. Via allerlei kanalen en schermen kij-

ken we bij elkaar de woonkamer in en hebben we soms toch een gezamenlijke (online) koffiepauze.

Ook voor de komende maanden, met het nieuwe academisch jaar voor de boeg, blijven de voorspellingen nog onzeker. Het ziet ernaar uit dat een groot deel van het onderwijs in september online door zal gaan. Er zal geprobeerd worden om eerstejaars studenten zo veel mogelijk welkom te heten in Wageningen met colleges en activiteiten op de campus.

De verzending van de pakketten voor de COLON studie is ondertussen weer opgestart. Daarbij wordt wel benadrukt dat de bloedafname alleen plaatsvindt als deze wordt gecombineerd met een reguliere ziekenhuisafpraak.

Een groot deel van het onderzoeksteam blijft voorlopig nog thuis werken. We hopen elkaar en de studenten weer snel op de campus te ontmoeten!

Werving COLON studie gestopt

Per 1 maart 2020 kunnen er geen nieuwe deelnemers meer meedoen aan de COLON studie.

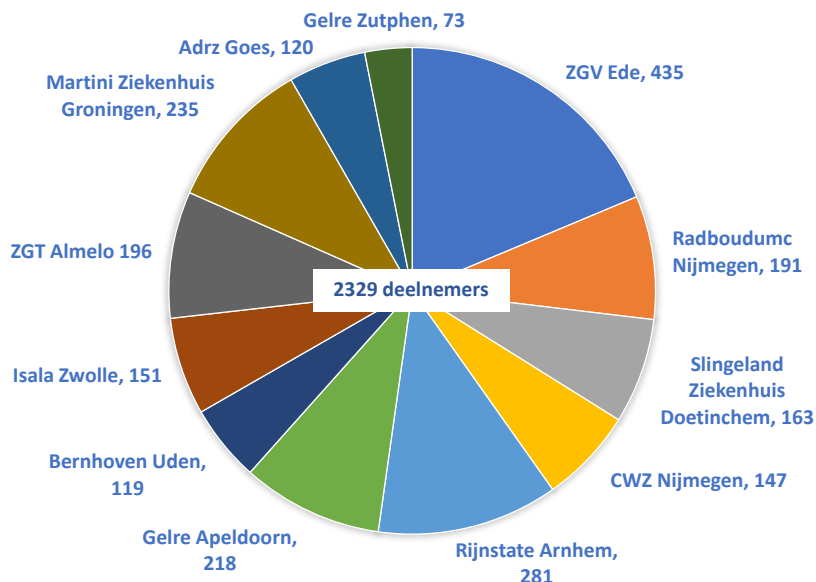
In 10 van de 12 deelnemende ziekenhuizen was dit al het geval. Ook voor de laatste twee ziekenhuizen hebben we de werving nu gestopt. Dit brengt de teller, na bijna 10 jaar werven, op een totaal van 2329 deelnemers. Meer dan 600 deelnemers hebben het vijfjarig onderzoek al volledig afgerond.

Het onderzoek heeft al veel informatie opgeleverd. Dit heeft onder andere geleid tot 11 wetenschappelijke publicaties vanuit het onderzoeksteam in internationaal erkende wetenschappelijke tijdschriften. U kunt hier meer over lezen op onze website.

Binnenkort zal Anne, als promovendus van de COLON studie, haar onderzoek van de afgelopen jaren verdedigen om daarna als doctor door het leven te gaan. Daarnaast hebben tientallen studenten hun afstudeeronderzoek over de COLON studie

geschreven, waarna ze met een ervaring rijker de arbeidsmarkt op zullen gaan.

Dankzij uw deelname komen we meer te weten over de invloed van voeding en leefstijl op het verloop van dikkedarmkanker. We waarderen het enorm dat u gedurende 5 jaar trouw blijft deelnemen!



Vera Wesselink vertelt over haar onderzoek

Ruim 2.5 jaar geleden begon Vera aan haar promotieonderzoek op de COLON studie. Zij blikt terug op de resultaten van de afgelopen tijd.

Als onderdeel van mijn onderzoek heb ik gekeken naar het verloop van vitamine D concentraties over tijd. Ongeveer 20% van de deelnemers had een lage vitamine D concentratie (<50nmol/L) op alle gemeten tijdstippen. Daar tegenover staat dat ongeveer 40% van de deelnemers een goede vitamine D concentratie (>50nmol/L) had. Voor de overige deelnemers geldt dat we vaak eerst een dip zagen (op het 6 maanden tijdstip) en dat daarna de concentraties weer omhoog gingen en vaak zelfs hoger uitkwamen dan ze waren ten tijde van de diagnose.

Voor de behandeling van de ziekte, met name chemotherapie, hing samen met lagere vitamine D concentraties. Daarnaast zagen we dat, zoals verwacht, deelnemers die supplementen met vitamine D slikken hogere vitamine D concentraties hadden.

Ik heb onderzocht of hoge vitamine D concentraties het verloop van de ziekte gunstig beïnvloeden. We zagen dat met name consistent hoge vitamine D concentraties samenhangen met een gunstig ziekteverloop. Voor deelnemers die naast adequate vitamine D concentraties ook een hoge magnesium inname hadden was dit effect nog sterker.

De afgelopen tijd heb ik ontdekt dat hoge vitamine D concentraties samenhangen met minder ontsteking. De komende tijd wil ik onderzoeken of minder ontsteking een verklaring kan zijn voor de gevonden link tussen hoge vitamine D concentraties en een gunstig ziekteverloop. Met nog 1.5 jaar te gaan hoop ik hier nog veel nieuwe informatie over te ontdekken.



Student aan het woord

Charlotte den Boer is een van de studenten die haar afstudeeronderzoek binnen de COLON studie heeft voltooid. Ze vertelt in deze rubriek waar haar onderzoek over ging en wat er voor haar veranderde tijdens de coronacrisis.



Charlotte: “Tijdens mijn onderzoek heb ik gekeken naar de associatie tussen het naleven van leefstijlrichtlijnen en vermoeidheid. Hierbij heb ik o.a. gebruik gemaakt van de vragenlijst ‘kwaliteit van leven’. Uit mijn onderzoek kwam geen associatie naar voren. Andere studies vonden wel een associatie, dus om hier meer duidelijkheid over te krijgen zal er nog extra onderzoek nodig zijn.

Toen ik met mijn onderzoek bezig was, brak plotseling het coronavirus uit in Nederland. De Wagenin-

gen Universiteit sloot grotendeels haar deuren. Gelukkig was het voor mij mogelijk om thuis te werken, alhoewel: een haperende internetverbinding gooide weleens roet in het eten. Natuurlijk miste ik wel het contact met medestudenten. In je eentje thuis koffiedrinken is een stuk minder gezellig dan op de universiteit. Een van de voordelen was dat je 's ochtends nog in je pyjama achter je laptop kon kruipen, immers: niemand die je zag.

Het was ook erg bijzonder om mijn eindpresentatie vanuit huis te doen. Normaal gesproken sta je tijdens je eindpresentatie voor een grote groep medestudenten, maar nu zat ik achter mijn laptop tegen het scherm te praten. Heel apart! Gelukkig ging mijn presentatie goed en heb ik mijn onderzoek met een mooi cijfer afgesloten. Heel fijn dat ik dit met vriendinnen heb kunnen vieren!”

Mensen met darmkanker gaan nauwelijks gezonder leven

Binnen de COLON studie worden verschillende deelstudies uitgevoerd. Eén van deze studies onderzoekt welke veranderingen in leefstijl deelnemers maken en hoe deze veranderingen met elkaar samenhangen.

Voor dit onderzoek werden de gegevens van 1072 deelnemers gebruikt die tussen 2010 en 2015 behandeld werden en geen uitzaaiingen hadden. Vlak na de diagnose vroegen de onderzoekers schriftelijk naar hun voeding, beweging, gewicht, alcoholinname en rookgedrag. Dezelfde vragen werden zes maanden en twee jaar na de diagnose weer gesteld.

Uit de antwoorden blijkt dat 70% van de mensen minimaal één aspect van hun leefstijl verbeterden. Mensen gingen vooral minder suikerrijke dranken, zoals frisdrank, drinken. Ook gingen ze minder rood en bewerkt vlees eten.

Voor het eerst is onderzocht hoe veranderingen in verschillende aspecten van de leefstijl met elkaar samenhangen. Op basis van de aanbevelingen van het Wereld Kanker Onderzoek Fonds is een leefstijlscore ontwikkeld. Deze leefstijlscore meet hoe goed aan

de richtlijnen voor een gezond gewicht, voldoende bewegen, en gezond eten en drinken wordt voldaan. Uit de meting blijkt dat de helft van de deelnemers meerdere aspecten van hun leefstijl veranderden, maar ze voldeden beter aan de ene richtlijn en slechter aan een andere. Veel mensen voldeden tijdens hun diagnose niet aan de richtlijnen voor een gezonde leefstijl en dit verbeterde nauwelijks in de eerste twee jaar na de diagnose darmkanker.

Een gezonde leefstijl na de diagnose darmkanker kan de prognose mogelijk verbeteren. Het is belangrijk dat artsen en mensen met kanker samen over leefstijl praten, iets dat nu te weinig gebeurt.



De Stichting Darmkanker NL wil graag een deelnemer van de COLON studie interviewen voor een E-special. Heeft u interesse, laat dit dan weten via colon.studie@wur.nl. Er wordt dan contact met u opgenomen voor meer informatie.

COLON studie

De **COLON studie** is een observationeel, prospectief onderzoek naar de invloed van voeding, voedingssupplementgebruik en leefstijl op de progressie van kanker en overleving bij patiënten met colorectalkanker. Het onderzoek wordt uitgevoerd door de Wageningen Universiteit in samenwerking met verschillende ziekenhuizen en wordt gefinancierd door het WCRF, KWF en Alpe d'HuZes. Met het ColoNews willen we u op de hoogte houden van de stand van zaken en ontwikkelingen binnen de COLON studie.

Contact:

**Wageningen Universiteit
COLON studie**

Nynke Groot Koerkamp, MSc
Antwoordnummer 30
6700 VB Wageningen

**colon.studie@wur.nl
0317-482644**

Colofon:
ColoNews is een uitgave van de
COLON studie

COLON online

Op onze website kunt u de resultaten van de COLON studie vinden. De komende jaren zullen er steeds meer wetenschappelijke publicaties te vinden zijn. Daarnaast vindt u er de eerdere edities van het ColoNews.



Nieuwe onderzoekersmedewerker

We stellen u graag voor aan een nieuwe onderzoekersmedewerker binnen de COLON studie.

Mijn naam is Nynke Groot Koerkamp. Ik ben afgelopen jaar afgestudeerd aan de Wageningen Universiteit voor de studie Voeding & Gezondheid.

Sinds februari ben ik begonnen als onderzoekersmedewerker bij de COLON studie, waarbij ik het logistische proces in goede banen leid. Samen met studenten, die

hun afstudeeronderzoek bij de COLON studie doen, maak ik de pakketten met vragenlijsten en bloedetuis klaar. Deze worden dan op het juiste moment naar u toegestuurd.

Daarnaast krijgt u mij aan de lijn als u vragen heeft over bijvoorbeeld het invullen van de vragenlijsten of het bloedprikken. U kunt mij daarvoor altijd bellen!



Student aan het woord

Ivy Beeren is een van de studenten die haar afstudeeronderzoek doet binnen de COLON studie. Ze vertelt in deze rubriek waar haar onderzoek over ging en hoe zij studeren tijdens de coronacrisis ervaart.

Ivy: "Ik ben nu bezig met het tweede jaar van de master Voeding & Gezondheid. Sinds november 2019 ben ik bezig met het schrijven van mijn afstudeeronderzoek bij de COLON studie. Ik doe daarbij onderzoek naar de associatie tussen leefstijlpatronen en de prognose.



Vanaf de Corona maatregelen werk ik thuis. Dit was, zeker in het begin, heel erg wennen. In Wageningen zitten we met een aantal studenten in één werkruimte, waardoor er veel onderling contact is. Het is dan heel fijn om tussendoor met andere studenten te pauzeren of te overleggen, maar dat gebeurt nu helaas niet meer. Gelukkig heb ik mijn

draai thuis kunnen vinden, maar ik merk nog steeds dat ik sommige dagen moeilijk vooruit kom. Een bijkomend voordeel is dat ik mijn onderwerp nog steeds erg interessant vindt, dus dat is een goede motivatie om elke dag weer verder te gaan!

Momenteel ben ik bezig met het beschrijven van de resultaten. Hierin zie ik dat leefstijl na de diagnose darmkanker wel degelijk invloed heeft op de prognose. Een gezondere leefstijl (inname van veel groenten, fruit, minder roken, voldoende bewegen) lijkt samen te hangen met een gunstiger ziekteverloop, terwijl een ongezondere leefstijl (inname van veel "fast food", suikerrijke dranken) juist samen lijkt te hangen met een ongunstig ziekteverloop. Naast ziekteverloop keek ik ook naar het risico op het terugkomen van de kanker: hierin zie ik geen associatie. Al met al erg interessante resultaten dus! De komende tijd ga ik dit verder uitwerken en dan hoop ik in juli mijn thesis af te ronden."