

# Tien dingen die je moet weten over reumatische aandoeningen

## 1. Terminologie, toepassing van de termen

- Reuma: refereert naar verschillende pijnlijke medische aandoeningen die de gewrichten, botten, kraakbeen, pezen, ligamenten en spieren aandoen.
- Reumatische aandoeningen: worden ook wel ook wel **musculoskeletale aandoeningen** genoemd. Ze worden gekenmerkt door pijn en een beperking in het bewegingsbereik en functie van één of meer gebieden van het bewegingsapparaat. Bij sommige reumatische aandoeningen doen er zich ontstekingsverschijnselen voor: zwelling, roodheid & warmte in de aangetaste delen. Reumatische aandoeningen kunnen ook de organen aantasten.
- Sommige mensen gebruiken het woord **artritis** om te verwijzen naar reumatische aandoeningen. Artritis, wat letterlijk betekent "gewrichtsontsteking" is slechts een onderdeel van een reumatische aandoening. Artritis, in de strikte zin, betekent vooral gewrichtspijn, stijfheid, gewrichtsontsteking en gewrichtsschade.

## 2. Een reumatische aandoening is geen enkelvoudige ziekte.

Reumatische aandoeningen omvatten meer dan **200 verschillende ziektes** die variëren van verschillende vormen van artritis tot osteoporose over bindweefselziektes.

## 3. Reumatische aandoeningen zijn het meest voorkomende.

In de geïndustrialiseerde wereld beïnvloeden reumatische aandoeningen meer individuen dan eender welke andere ziekte. **Een derde van alle mensen** van alle leeftijden, worden op een bepaald punt in hun leven beïnvloed door reuma. In Europe wordt elke familie op de één of andere manier geconfronteerd met reumatische ziektes. Meer nog, onbehandelde reumatische ziektes kunnen leiden tot een verkorting van de levensverwachting.

## 4. Wie kan een reumatische aandoening krijgen?

Reumatische aandoeningen komen voor bij **alle leeftijden** en zowel bij mannen als vrouwen. Toch zien we dat vrouwen vaker een reumatische aandoening krijgen dan mannen.

## 5. Sommige factoren kunnen het risico tot het ontwikkelen van een reumatische ziekte verhogen

- Roken
- Overgewicht
- Genetische factoren
- Bepaalde beroepen die leiden tot letsel en overmatig gebruik van de gewrichten
- Ouderdom

## 6. Er zijn verschillende symptomen van reumatische aandoeningen

Er zou sprake kunnen zijn van een reumatische aandoening, als u volgende symptomen ondervindt

- Aanhoudende pijn in de gewrichten
- Gevoeligheid
- Ontsteking die gekenmerkt is door zwelling, stijfheid roodheid en/of warmte.
- Misvorming van de gewrichten
- Verlies van bewegingsmogelijkheid/flexibiliteit van een gewricht
- Extreme vermoeidheid, gebrek aan energie, zwakte of het gevoel van malaise.

## 7. Diagnose en behandeling

Een definitieve diagnose van een reumatische ziekte kan worden gevormd door het beoordelen van de medische geschiedenis, het uitvoeren van een lichamelijk onderzoek, het uitvoeren van specifieke labotests en het maken van radiografische beelden.

Er is **geen eenduidige medicatie of behandeling** die optimaal is voor iedereen. Er zijn therapieën die zich richten op het behandelen van de pijn en de symptomen van artritis. Veel ontstekingsreuma's worden aangepakt met DMARDS (Disease Modifying AntiRheumatic Drugs), medicijnen tegen reuma die het ziekteverloop beïnvloeden. Deze hebben een grotere impact dan medicatie die alleen de symptomen bestrijdt. Onder deze groep vallen ook de biologische geneesmiddelen.

Voor de traditionele behandeling van artritis wordt vaak gebruik gemaakt van orale medicatie. Maar er zijn ook andere behandelingsmethodes in de vorm van injecties in een gewricht of het zacht weefsel, natuurlijke behandelingen (acupunctuur, chiropraxie, ...) alternatieve medicijnen en operatieve mogelijkheden. Patiënten kunnen verschillend reageren op deze behandelingsmethoden van artritis.

## 8. E zijn verschillende mythes en misopvattingen omtrent artritis.

Deze mythes en misopvattingen worden bestendig en verspreid door onjuiste informatie en kunnen ervoor zorgen dat een persoon zijn ziekte niet op een gepaste manier laat behandelen. Hier zijn enkele voorbeelden:

- **Artritis is een “oude-mensen-ziekte”**
  - o Feit: artritis kan voorkomen op eender welke leeftijd.
- **Artritis wordt veroorzaakt door een koud en nat klimaat.**
  - o Feit: klimaat op zichzelf is niet de oorzaak noch de oplossing van artritis.
- **Artritis wordt veroorzaakt door een slecht dieet**
  - o Feit: er is weinig wetenschappelijk bewijsmateriaal dat specifieke voeding artritis zou voorkomen of veroorzaken. Er zijn weinig ziektes (zoals jicht) waarbij de inname van een bepaalde soort voedsel of drank (alcohol) een aanval kunnen uitlokken.

## 9. Er is een financiële impact die geassocieerd wordt met reumatische aandoeningen.

De **economische last** van reumatische aandoeningen is zeer zwaar. De kosten worden geschat op meer dan **200 miljard euro per jaar** in Europa. Volgens recente studies is het voor de Europe gezondheidszorg, de meest dure aandoening van alle ziektes.

## 10. Reumatische aandoeningen hebben een grote impact op de levenskwaliteit

Wanneer reumatische aandoeningen niet op de juiste wijze worden behandeld zullen dagelijkse activiteiten zoals wandelen, het nemen van trappen, koken en persoonlijke hygiëne moeizaam worden.

Reumatische aandoeningen kunnen ook een verregaand effect hebben op de **werkcapaciteit**. Reumatische aandoening zijn de grootste oorzaken van ziekteverzuim alsook vervroegd pensioen. Ook veroorzaken ze lichamelijke handicaps onder de werkzame beroepsbevolking.

*Dit is een vertaling van een officieel EULAR document.*

*De originele tekst vindt u hier:*

<http://www.eular.org/myUploadData/files/10%20things%20on%20RD.pdf>

**Hebt u vragen over reumatische aandoeningen? Spreek uw arts aan!**