

2 miljoen mensen met reuma

Reumatische aandoeningen zijn zeker geen ouderdomsziekten.

Bijna 2 miljoen Nederlanders hebben een vorm van reuma. Iedereen kan reuma krijgen, op elke leeftijd. 'Het is geen ziekte van oude mensen: tweederde van de mensen met reuma is jonger dan 65 jaar. En er zijn in ons land zo'n 3000 kinderen met reuma', zegt Lodewijk Ridderbos, directeur van het Reumafonds. Reuma omvat meer dan 100 chronische aandoeningen aan gewrichten, spieren en pezen. De meeste mensen met reuma hebben last van pijn, stijfheid en vermoeidheid. Daardoor is bewegen vaak moeilijk en dat kan beperkingen geven in het dagelijks leven. Reuma is grillig. Klachten kunnen een tijdje weg zijn en ineens weer de kop opsteken.

Gevolgen voor het dagelijks leven

Reuma is een chronische aandoening die vaak voor lichamelijke beperkingen zorgt. 'Maar reuma heeft ook sociale gevolgen',



legt Lodewijk Ridderbos, directeur van het Reumafonds uit: 'Mensen met reuma (en ook hun omgeving) moeten continu omgaan met hun aandoening en de invloed ervan op hun leven. Door de grilligheid van de ziekte lukt de ene dag alles, maar de volgende dag is het optillen van een kopje al te pijnlijk of moet je onverwachts een afspraak afzeggen. Dat zorgt in de omgeving vaak voor onbegrip.'

Vormen van reuma

Reuma is onder te verdelen in drie categorieën:

- **Ontstekingsreuma.** Aandoeningen waarbij ontstekingsreacties in het lichaam onder andere gewrichten beschadigen. Ongeveer 420.000 mensen hebben een vorm van ontstekingsreuma, zoals reumatoïde artritis of de ziekte van Bechterew.
- **Artrose.** Hierbij verslechtert het kraakbeen in de gewrichten. Ongeveer 1,1 miljoen mensen hebben artrose in een of meerdere gewrichten.
- **Wekedelenreuma.** Aandoeningen aan onder andere spieren, banden, pezen en het kapsel om gewrichten. Zo'n 240.000 mensen hebben een vorm van wekedelenreuma, zoals fibromyalgie.

Hoe herken je reuma?

Het is soms lastig om reuma te herkennen, omdat de klachten wisselend en vaag kunnen zijn. Het is goed om naar de huisarts te gaan als je last hebt van:

- het dik en warm worden van gewrichten
- langdurige pijn in spieren en/of gewrichten
- pijn en stijfheid als je even hebt gezeten/gelegen en weer in beweging komt

Reumatische aandoeningen zijn nog niet te genezen. Er zijn wel medicijnen die ontstekingen remmen en/of pijnklachten verminderen. Snel starten met medicijnen kan gewrichtsschade voorkomen.