

Reuma

Wat is reuma?

Reuma is een verzamelnaam voor meer dan 100 verschillende aandoeningen aan je 'bewegingsapparaat' zoals gewrichten, spieren, pezen en botten, die niet door een ongeval zijn veroorzaakt. Bij sommige reumatische aandoeningen zijn ook de organen betrokken.

Iedereen kan reuma krijgen, op elke leeftijd. Er zijn ook kinderen met een vorm van reuma. Een op de negen mensen in Nederland heeft een vorm van reuma en elke dag komen er 700 mensen bij.

Ruim 2 miljoen mensen leven dagelijks met pijn, stijfheid en vermoeidheid als gevolg van een reumatische aandoening. De meeste vormen van reuma zijn goed te behandelen maar (nog) niet te genezen.

Soorten reuma

Grofweg zijn de verschillende soorten van reuma te onderscheiden in:

1. auto-immuunziekten/ontstekingsreuma
2. artrose
3. jicht
4. osteoporose
5. weke delen-reuma

Auto-immuunziekten/ontstekingsreuma

Bij deze vormen van reuma ziet het immuunsysteem gezonde cellen als kwade indringers en valt het je eigen lichaam aan, waardoor ontstekingen in je gewrichten ontstaan. Enkele vormen zijn: reumatoïde artritis (RA), axiale spondyloartritis (Ax-SpA, waaronder de ziekte van Bechterew), artritis psoriatica of SLE (systemische lupus erythematoses).

In Nederland zijn er 220.000 mensen met chronische ontstekingsreuma. Chronisch wil zeggen dat je aandoening langer dan 3 maanden duurt en niet (volledig) te genezen is.

Artrose

Artrose is een aandoening van het kraakbeen en bot van je gewrichten. Soms wordt artrose wel 'slijtage' genoemd. Maar dat is niet het geval, het is een aandoening van het hele gewricht. Jonge mensen kunnen ook artrose krijgen. Bij artrose wordt het kraakbeen van je gewricht dunner en slechter van kwaliteit. Soms verdwijnt het helemaal, waardoor het onderliggende bot beschadigd kan raken of kan gaan vervormen. Ook bij artrose kunnen ontstekingen voorkomen, maar dit is geen auto-immunreactie.

Artrose is de meest voorkomende vorm van reuma. In Nederland hebben 1,26 miljoen mensen artrose in één of meerdere gewrichten.

Jicht

Jicht is een reumatische aandoening die ontstaat door een te hoge urinezuurspiegel in het lichaam. Het urinezuur hoopt zich op doordat de stofwisseling in het lichaam niet goed verloopt. Daardoor kunnen urinezuurkristallen ontstaan, die neerslaan in gewrichten. Dit kan leiden tot plotselinge, pijnlijke aanvallen van gewrichtsontstekingen. Zo'n aanval kan eenmalig zijn, maar kan ook vaker terugkomen.

In Nederland zijn er 370.000 mensen met jicht.

Osteoporose

Bij osteoporose neemt de massa van het bot af waardoor de sterkte van het bot afneemt. Het wordt ook wel botontkalking genoemd. Dat is onjuist omdat naast afname van de sterkte van het bot ook de

structuur van het bot verandert, waardoor de sterkte van het bot nog meer afneemt. Door het zwakkere bot ontstaan makkelijk botbreuken.

In Nederland zijn er 400.000 mensen met osteoporose.

Weke delen-reuma

Dit zijn aandoeningen van spieren, pezen of slijmbeurzen. Fibromyalgie is de bekendste vorm van weke delen-reuma, waarbij pijn in bindweefsel en spieren optreedt.

Het is onbekend hoeveel mensen met weke delen-reuma er in Nederland zijn.

[Lees meer over vormen van reuma](#)

Oorzaken

De oorzaak van de meeste vormen van reuma is onbekend. Waarschijnlijk spelen verschillende oorzaken een rol. Reuma is daardoor nog niet te genezen. De meeste reumatische aandoeningen geven langdurig klachten en zijn dan ook 'chronisch'. Met een goede behandeling kunnen klachten wel verminderen.

Meest voorkomende klachten

De meeste mensen met reuma hebben last van pijn, stijfheid in gewrichten of spieren en vermoeidheid. Heb je last van gewrichtsontstekingen, dan worden je gewrichten dik en warm. Door de klachten is bewegen vaak moeilijk en dat kan beperkingen geven in het dagelijks leven. Reuma verloopt vaak grillig: de ene dag gaat het goed, de andere dag niet.

Door de verbeterde behandelingen en begeleiding is reuma minder zichtbaar geworden. Rolstoelen komen in de wachtkamer bijna niet meer voor. Ondanks dat heeft reuma vaak veel gevolgen voor je dagelijkse leven.

Heb je deze klachten?

[Lees meer over de diagnose stellen](#)