

Sport als remedie fibromyalgie en CVS?

3

Op het symposium Medische Wereld op 22 april aan het UZ Brussel heeft dr. Erika Joos het over het belang van lichaamsbeweging voor patiënten met FM en CVS.

Dus patiënten draaien nu zelf op voor die kosten. Fibromyalgie mag nog eenmalig specifiek behandeld worden met 18 terugbetaalde sessies van 45 minuten kine. Deze nomenclatuur is zelfs niet meer toegankelijk voor FM/CVS-patiënten die eerder een F-pathologie kregen. Nochtans is motivatie en doorzetten noodzakelijk om de positieve effecten te behouden."

Dat lukt niet noodzakelijk met een fitnessabonnement, zegt dr. Joos. "Die patiënten moeten aangemoedigd worden om zelf te investeren, financieel én in hun persoonlijke motivatie. Want de motivatie ligt altijd moeilijk – als het buiten regent, blijf je makkelijker binnen als je niet moet. Bovendien weet een fitnessclub niet altijd wat kan en mag met CVS- of FM-patiënten."

Raoul De Groote

Referentie

1. Erika Joos, Fysische Geneeskunde UZ Brussel

De klachten bij patiënten met fibromyalgie (FM) en chronischvermoeidheidssyndroom (CVS) zijn veralgemeende pijn, vermoeidheid, stemmings- en functionele en cognitieve stoornissen. "De inspanningscapaciteit van die patiënten ligt (veel) lager dan die van de normale en sportieve bevolking", zegt dr. Erika Joos (1). "Heel lang geleden kwamen de eerste FM- en CVS-patiënten op consultatie via sportgeneeskunde. De psychiaters stuurden hen door met 'depressieve symptomen' en veel lichamelijke klachten die volgens hen niet voldeden aan de diagnose 'depressie'. Bij sporters kan je door te veel inspanningen een overtrainingssyndroom krijgen met gelijkaardige symptomen. Dus er is naar analogie een reactiveringsprogramma op maat uitgebouwd voor FM/ CVS. De diagnostische criteria voor FM/CVS evolueerden licht de laatste decennia, maar het blijft een uitsluitingsdiagnose."

Graded exercise therapy

Het enige met 'evidence-based' positief effect op lange termijn bij FM is een 'graded exercise therapy', een therapie op maat van de patiënt, aangevuld met cognitieve therapie, zegt Joos. Gedoseerd en op individuele basis.

"Naar analogie met de preventieve rol van lichaamsbeweging bij cardiovasculaire, diabetes-, oncologische patiënten kun je met oefentherapie de levenskwaliteit verbeteren van FM/CVS-patiënten. Het is een kwestie van het juiste evenwicht te vinden. Dit komt voor de medicatie. We meten de capaciteiten van de patiënt met een inspanningsproef. Op basis daarvan stellen we een programma op. We leggen patiënten in een preventieve setting ook uit dat ze hun activiteit moeten aanpassen aan hun capaciteiten voor ze in het chronische patroon raken. Onze boodschap: blijf actief."

De patiënten op de dienst revalidatie kampen doorgaans al twee tot tien jaar met klachten, functioneren niet meer of niet goed en zitten vaak krap bij kas. "Een speciale pathologie in België, de F-pathologie, gaf patiënten recht op 60 terugbetaalde sessies kine/jaar – specifiek voor CVS en FM. Maar die regeling is afgeschaft sinds 1 januari.

Verbetering van visualisatie, bediening, snelheid en effectiviteit tijdens colonoscopie¹⁻⁵

ENDOCUFF VISION®

"Use of ENDOCUFF VISION® improved overall performance by making colonoscopy a quicker (CIT) and more efficient (MAP/ADR) procedure"⁵

Verkrijgbaar in vier modellen

GREEN ARV120

BLUE ARV110

PURPLE ARV130

ORANGE ARV140

1. Biecker et al. J Clin Gastroenterol 2015;49:413-8
2. Tsiamoulos et al. UEGJ October 2014 vol. 2 no. 1 suppl A495
3. Tsiamoulos et al. GUT 2014;63:A152-A153
4. Konda et al. Gastrointest Endosc 2015;81:1123-29
5. Tsiamoulos et al. Gastrointest Endosc 2015;81(55)AB209

NORGINE en het zeil logo zijn geregistreerde handelsmerken van de Norgine groep. ENDOCUFF VISION is een geregistreerd handelsmerk van Arc Medical Design Limited.

NORGINE NV/SA, Romeinsestraat 10, B-3001 Heverlee

NORGINE
Partner for a healthy life

CUB1008 - Datum van opmaak maart 2017 - BE/ECV/1116/0006