

MAART 2024

Voorjaar voor de Steenen Brug

Online Version



**'De Leuning', nieuwsbrief van de
Reuma Patiënten Vereniging Roermond e.o.**

In deze nieuwsbrief:

- De Algemene Leden Vergadering op 27 maart
- De agenda 2024
- Hydrotherapie
- Flyers
- Lief en leed

- Ziekteremmers bij ontstekingsreuma
 - Voor je gezien op sociale media
 - Samenstelling bestuur
-



Deze editie van nieuwsbrief 'De Leuning' ontvang je net voor de jaarlijkse Algemene Leden Vergadering. Een belangrijke vergadering omdat we onze statuten moeten aanpassen aan de nieuwe situatie: namelijk dat wij als zelfstandige vereniging zonder ondersteuning van ReumaNederland verder kunnen gaan. We hopen dat je er bij bent op 27 maart!

In deze nieuwsbrief praten we je ook bij over de veelheid aan medicijnen die er nu zijn om ontstekingsreuma een halt toe te roepen.

En zoals jullie wel zullen merken, het voorjaar zit in de lucht. De vogels fluiten weer en de zon is warmer. Lekker weer om naar buiten te gaan als dat lukt, al is het maar een blokje om, een stukje fietsen of wat rommelen in de tuin.

Geniet er van!



De planning voor 2024

- 27 maart Algemene Leden Vergadering
 - 2 mei eventueel tweede Algemene Leden Vergadering om 11.30 uur Tegelarijveld
 - 23 juni midzomerlunch
 - 18 oktober thermaalbad
 - 15 december eindejaarslunch
-



Hydrotherapie

Geen hydrotherapie:

- meivakantie van 27 april t/m 5 mei
 - zomervakantie van 20 juli t/m 1 september
-

Omdat we geen 'De Leuning' meer hebben als blad, verspreiden wij flyers met informatie over onze vereniging en met name over de hydrotherapie. Als jou een bepaalde locatie geschikt lijkt om deze flyers neer te leggen, vraag dan s.v.p. of dat

mag. Zo ja, laat het ons weten via email secrrpvoereo@outlook.com of bel met 0644058215

Dan zorgen wij dat de de flyers op de aangewezen locatie komen.



Wij heten de volgende leden van harte welkom en hopen dat jullie je snel thuis voelen bij onze vereniging:

Mevr. Tobben

- Mevr. Curvers

- Mevr. Schmits

- Mevr. Kramer

- Mevr. Bremmers

Op moment van het schrijven van deze nieuwsbrief ligt onze penningmeester Wiel van Rijn ernstig ziek in het ziekenhuis. Wij wensen hem en zijn naasten veel sterkte toe.



Overzicht van alle ziekteremmers bij ontstekingsreuma

Wat een verschil! Zo'n 30 jaar geleden waren er nog maar een handjevol geneesmiddelen bij reumatische aandoeningen die de ziekte konden remmen. En nu! Nu zijn er tientallen. Dat is ook te merken in de klinische praktijk. Ontstekingsreuma is weliswaar een impactvolle aandoening, maar dankzij het uitgebreide arsenaal aan geneesmiddelen kunnen de klachten van ontstekingsreuma sterk worden verminderd, is er veel minder schade aan de gewrichten door de reuma en ondergaan veel minder mensen operaties vanwege complicaties door de reuma.

Hoogleraar Farmacie Bart van den Bemt

Maar heb je nog het overzicht van alle geneesmiddelen die de ziekte bij ontstekingsreuma kunnen remmen? Hoogleraar Farmacie Bart van den Bemt heeft alle ziekteremmers bij ontstekingsreuma bij volwassenen voor je op een rij gezet. Hij heeft zich gefocust op reumatoïde artritis, spondyloartritis (waaronder de ziekte van Bechterew) en artritis psoriatica. Bart van den Bemt schreef dit artikel voor ReumaMagazine.

Overeenkomsten tussen reumaremmers

De overeenkomst tussen ziekteremmers bij ontstekingsreuma is, dat al deze middelen ons immuunsysteem enigszins afremmen. Bij ontstekingsreuma is ons immuunsysteem wat doorgeschooten waardoor er onder andere gewrichts- en soms ook huidklachten ontstaan. Anders dan pijnstillers die de pijn alleen verzachten, pakken de ziekteremmers de ontstekingsreuma bij de kern aan, waardoor de ziekte sterk wordt afgeremd. Deze middelen noemen we DMARDs (Disease Modifying AntiRheumatic Drugs). In de tabel staat een overzicht.

Verschillen in de manier waarop reumaremmers worden gemaakt

In de bovenste regel van de tabel zijn reumaremmers ingedeeld op basis van de manier waarop deze middelen worden gemaakt. Sommige worden, net zoals de meeste geneesmiddelen waaronder paracetamol, op de klassieke manier met behulp van chemische reacties gemaakt. Met uitzondering van methotrexaat worden deze middelen alleen als tablet gegeven. Dit in tegenstelling tot de biologische reumaremmers. Biologische geneesmiddelen zijn natuurlijke eiwitten die met behulp van levende cellen in de fabriek gemaakt zijn. Omdat eiwitten heel groot zijn en door het maagzuur worden aangetast, kan een biological alleen via een injectie of via een infuus worden gegeven.

Verschillen in werking van reumaremmers

Het grootste verschil tussen reumaremmers zit hem in de manier waarop ze werken. We weten steeds meer over ontstekingsreuma; we kunnen nu geneesmiddelen ontwikkelen die de reuma op een heel specifiek punt remmen. De conventionele DMARDs (zoals methotrexaat, sulfasalazine, hydroxychloroquine en leflunomide) werken vaak niet via één specifiek mechanisme maar via verschillende aangrijpingspunten. Hun bijwerkingen zijn dan ook best uitlopend. Behalve dat al deze middelen maag- en darmklachten kunnen geven zie je bij bijvoorbeeld methotrexaat ook afwijkende leverbloedwaarden en aften. Ook bij sulfasalazine

kunnen bloedwaarden afwijken, terwijl bijvoorbeeld leflunomide soms een hoge bloeddruk geeft.

De nieuwere middelen werken wel via een specifiek aangrijpingspunt. Zo zijn er die werken op cytokines, de boodschapperstofjes van ons immuunsysteem. Voorbeelden van deze stofjes zijn tumor necrosis factor alfa en interleukine. De familie van de boodschapperstof interleukine bestaat niet uit één stofje, maar uit vele stofjes. Zo is er interleukine-6, interleukine-17 en interleukine-23. Bepaalde geneesmiddelen bij ontstekingsreuma remmen deze ontstekingsstofjes heel specifiek. Ssarilumab bijvoorbeeld is een interleukine-6 remmer, ixekizumab een interleukine-17 remmer en adalimumab remt tumor necrosis factor alfa. Ziekteremmers bij ontstekingsaandoeningen kunnen, naast boodschapperstofjes ook bepaalde immuuncellen afremmen (zogenaamde B- en T-cellen) of andere systemen die ons immuunsysteem regelen (JAK, PDE).

Welk middel past bij jou?

Welk middel het beste bij jou past, hangt allereerst af van de aandoening waar je last van hebt. Bij reumatoïde artritis, spondyloartritis of artritis psoriatica zijn ook andere dan reumamiddelen toepasbaar. Daarnaast hebben de artsen op basis van de effectiviteit, bijwerkingen en ervaringen vaak ook al in richtlijnen beschreven wat het beste middel is, in een bepaalde fase van de aandoening. Jouw arts weet dus al veel van de geneesmiddelen die voor jouw aandoening beschikbaar zijn. Jij weet veel van jouw eigen leven, en welk type geneesmiddel daar het beste bij past (tablet, injectie, infuus, toedienfrequentie), en of je ook nog andere aandoeningen hebt. Misschien heb je een kinderwens. Bespreek daarom bij de keuze van een geneesmiddel altijd de voor- en nadelen in jouw situatie.

Bron: [ReumaMagazine middelen bij ontstekingsreuma](#)

Gezien voor je op de sociale media



-Fes (Fibromyalgie En Samenleving) vertelt ons over cellen die de boosdoeners zijn bij chronische pijn. Klik op de link voor deze informatie

[Boosdoeners chronische pijn](#)

- Op 2 april is er een webinar over knieartrose. Lees meer hierover én hoe je kunt aanmelden in de link [Webinar knieartrose en operatieve ingrepen](#)

-Steeds meer gemeenten werken samen met fysiotherapie praktijken om cursussen valpreventie aan te bieden. Na een screening wordt bepaald of je in aanmerking komt voor vergoeding van de cursus via de gemeente. Meer informatie vind je bij de website van de gemeente, de fysiotherapeut in de buurt of voor meer algemene informatie klik je op de link

[valpreventie gemeente](#)



Heb je een mooie foto gemaakt in Roermond of één van de omliggende gemeenten? Mail deze dan naar seccrpvroereo@outlook.com Wie weet gebruiken we je foto voor een editie van 'De Leuning'



Bestuursleden:

Henk Langeweg	voorzitter	0475-311793
Monica van Lier	secretaris	06-44058215
Jan Schreurs	plv. penningmeester	0475-581727
Annelies Hermans	bestuurslid	06-12318995
Rini Mestrom	coördinator hydrotherapie	0475-486496
Inge Cillekens	bestuurslid activiteiten	0475-463280
Rogier Madou	(kandidaat)bestuurslid	06-40751887
Wiel van Rijn	penningmeester	

Correspondentieadres: Bergerweg 63A 6063BP Vlodrop

e-mail: secrrpvroereo@outlook.com

website: [website RPV Roermond e.o.](http://website.RPV.Roermond.e.o.)

IBAN: NL44 RABO 0184 1263 12

.

De nieuwsbrief van de Reuma Patientten Vereniging Roermond en omstreken 'De Leuning' ontvangt u om u als lid van onze vereniging regelmatig van actuele informatie te voorzien.

Wilt u deze nieuwsbrief niet meer ontvangen, stuur dan een email naar

secrrpvroereo@outlook.com met de tekst: 'geen nieuwsbrief meer'

Wilt u geen nieuwsbrieven meer van ons ontvangen? Klik dan [hier](#) om u af te melden.

Deze nieuwsbrief is **gratis** verstuurd met [Inboxify](#)