

De Meinweg vanuit de uitkijktoren



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

In deze editie van 'De Leuning' vind je:

- Voorwoord
 - Agenda 2025
 - Informatie over hydrotherapie
 - Lief en leed
 - Hoe helpt een geur reuma medicatie af te bouwen
 - Voor je gezien op sociale media
 - Een kijkje bij het bestuur en iets over de huidige bezigheden
-



De BBQ was heet en dat was het en bleef het ook buiten, die dag. Toch viel het in de schaduw bij Break Out in Swalmen best uit te houden. We hebben dan ook lekker gegeten en genoten van het onderlinge contact tijdens dit gezellige samenzijn.

Zeer binnenkort gaan we naar de volgende activiteit, namelijk op 7 augustus. Als het goed is heb je per email al een uitnodiging ontvangen. Hier nog even een korte samenvatting.

Midden in de zomer gaan wij de vakantieperiode zonder hydrotherapie opvrolijken met een bezoek aan het Thermaalbad Arcen. Even een middagje er lekker tussenuit, je gedachteloos overgeven aan pure ontspanning, genieten van de binnen- en buitenbaden met bubbelbanken, whirlpools, watervallen en onderwatermassages. Er zijn zes Finse sauna's, waaronder eucalyptus-, limoen- en bamboesauna's.

Tot slot sluiten wij deze dag af in het Royal Wok Palace in Swalmen waar we twee volle uren volop kunnen genieten van het all-in wok arrangement met een uitgebreide selectie van overheerlijke gerechten met tot slot een dessert van vers fruit, ijs, toetjes en gebak. Frisdranken, wijn, bier, koffie of thee zijn bij de prijs inbegrepen.

Hoe laat, wat en waar:

12.30 uur Vertrek bus vanaf de Bosstraat (tegenover het kerkhof) in Swalmen.

13.00 uur Vier uur lang lekker ontspannen in het thermaalbad.

17.00 uur Vertrek bus richting Swalmen.

17.45 uur All-in wok-arrangement: hapjes, drankjes, dessertbuffet.

De eigen bijdrage voor dit uitstapje bedraagt voor leden € 48,00

Voor introducés geldt een toeslag van € 7,50, dus € 55,50.

Er mag per lid één introducé meegenomen worden.

U kunt zich telefonisch of per mail aanmelden bij Inge Cillekens, telefoonnummer 0475-463280, per e-mail via: aanmeldingenrpvroer@outlook.com.

Het verschuldigde bedrag over te maken naar rekeningnummer NL44 RABO 0184 1263 12 ten name van Reuma Patiënten Vereniging Roermond e.o. met als kenmerk: Arcen 2025 en lidnummer(s). Aanmelden kan tot en met 5 augustus.

NB: bij afmelden na 5 augustus kan er geen restitutie meer plaatsvinden.

Deelname aan deze activiteit is voor eigen risico.

Als de bus vol is, ben je te laat. Dus mocht jij je nog niet hebben aangemeld, doe dit dan snel!



De planning voor 2025:

- 7 augustus thermaalbad Arcen
 - 14 december eindejaarslunch
-



Hydrotherapie

Geen hydrotherapie:

- Zomervakantie van 5 juli t/m 17 augustus
-



De vriend van, onze coördinator hydrotherapie, Rini Mestrom is 7 juli overleden. Wij wensen haar veel sterkte in deze moeilijke tijd.



Hoe een geur helpt reumamedicatie af te bouwen

Hoe reageren geest en lichaam op elkaar? Hoe kun je die interactie gebruiken als het gaat om het afbouwen van reumamedicatie? Met deze vraag houdt onderzoeker Pien van der Velde (26) zich bezig. Ze buigt zich vanuit deze invalshoek over het afbouwen van medicatie bij mensen met reumatoïde artritis.

Reuma onderzoek 30 mei 2025

“Onderzoek laat zien dat bewuste en onbewuste verwachtingen over een behandeling invloed hebben op het succes van die behandeling. Wij gaan onderzoeken hoe we deze verwachtingen kunnen gebruiken om mensen met reuma te ondersteunen bij het afbouwen van hun medicatie.”

Wat verwacht je van het mogelijk afbouwen van je reumamedicatie? Waar heb je daarbij behoefte aan? Mensen met reumatoïde artritis (RA) worden daarover de komende maanden door onderzoekers van de Universiteit Leiden geïnterviewd.

Medicatieafbouw

Na haar universitaire studies Health and Medical Psychology in Leiden en Brain and Cognition in Rotterdam kreeg Pien van der Velde bij de afdeling Gezondheids-, Medische en Neuropsychologie van de Universiteit Leiden de kans om dit onderzoek te promoveren. Ze legt uit dat het om een groot project gaat. “We willen weten hoe we medicatieafbouw bij reuma kunnen verbeteren. Grofweg kun je daar drie stappen in onderscheiden. We kijken naar hoe de zorgverlener communiceert met de patiënt, naar de verwachtingen van de patiënt en daarnaast naar het medicatieschema.” Het eerste onderdeel zal worden onderzocht door een andere promovendus van de afdeling, Victor Leong. De laatste twee onderdelen vallen onder het promotieonderzoek van Van der Velde. “Het gaat om mensen met RA die al zouden afbouwen omdat het goed gaat met hun medicatie.”

Placebo-effect

In dit onderzoek worden vier groepen onderscheiden. Van der Velde legt uit: “Allereerst is er de controlegroep die op de “gewone wijze” afbouwt. De tweede groep trainen we in hun verwachtingen van de afbouw van de reumamedicijnen. Een derde groep valt onder wat we noemen farmacologische conditionering. Dat betekent dat we verbanden leggen tussen de effecten van medicijnen en omgevingsfactoren die verband houden met het medicijn. Bekend is het Pavloveffect.” Ze noemt als voorbeeld dat een medicijn steeds wordt aangeboden in combinatie met een geur. “Na verloop van tijd zal alleen het ruiken van de geur al een zelfde soort lichamelijke reactie oproepen als het medicijn. Dat noemen we het placebo-effect. Wetenschappelijk bewezen is dat een placebo-effect ook werkt als de betrokken patiënt weet dat het om een placebo-effect gaat. Dit maakt het onderzoek zo interessant. We willen immers mensen met RA helpen om lichamelijk goed te blijven reageren bij minder of geen medicatie.” De vierde en laatste groep bestaat uit een combinatie van de tweede en derde groep. “We zijn heel benieuwd wat voor een effect die twee manieren van aanpak samen hebben.”

Dit artikel staat in ReumaMagazine 4-2025.



VOOR JE GEZIEN OP DE SOCIALE MEDIA

- Wat tips en trucs voor [Op vakantie met chronische pijn](#)
- Soms weten we het niet maar ook [Edith Piaf met lef en veerkracht haar reuma te lijf](#)
- Injectie hydrogel bij kraakbeenschade dichterbij zo lezen we [hier](#) bij het nieuws op de site van ReumaNederland



Waar zijn wij als bestuur mee bezig?

Wij starten eind juli weer met vergaderen. We zetten dan op een rijtje wat we dit jaar nog willen/moeten doen.

Bestuursleden:

Henk Langeweg	voorzitter	0475-311793
Monica van Lier	secretariaat	06-44058215
Jan Schreurs	penningmeester	0475-581727
Rini Mestrom	coördinator hydrotherapie	0475-486496
Inge Cillekens	bestuurslid activiteiten	0475-463280

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

Eindredactie nieuwsbrief 'De Leuning': Annelies Hermans

De nieuwsbrief van de Reuma Patienten Vereniging Roermond en omstreken 'De Leuning' ontvang je om je als lid van onze vereniging regelmatig van actuele informatie te voorzien.

Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen, stuur dan een email naar

seccrpvroereo@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](#)