

# Reumatoloog

# Hans Cats

*Fibromyalgie of FMS is een problematische aandoening. De patiënt heeft klachten maar de arts kan niets vinden. Toch is er een oplossing. De Nijmeegse Maartenskliniek heeft een behandelstrategie ontwikkeld. Reumatoloog Hans Cats vertelt.*

**Reumatoloog Hans Cats:**  
“De term fibromyalgie kan helderheid verschaffen”

*Jos Overbeeke*

“Behandelen begint met erkennen van klachten”

# over fibromyalgie

## **Wat zegt u tegen patiënten met fibromyalgie?**

Dat de klachten waarmee iemand komt, reëel zijn. Mensen voelen pijn en ze zijn vaak doodmoe. Daar kun je niet omheen. Wanneer ik bij het onderzoek geen afwijkingen vind, kan ik de patiënt wat dat betreft geruststellen. Mensen met fibromyalgie willen natuurlijk wel weten waar hun klachten vandaan komen. Je moet dan ook de tijd nemen om dat uit te leggen.

*“Vroeger zeiden we:  
u moet er mee leren leven.  
Dat was eigenlijk vrij dom  
van ons”*

## **Fibromyalgie wordt soms gelijkgesteld met het chronisch vermoeidheidssyndroom of CVS. Is dat terecht?**

Ik denk dat FMS en CVS twee uitingen zijn van dezelfde conditie. In Nederland wordt iemand met aanhoudende vermoeidheid geregeld verwezen naar een internist. Als deze geen oorzaak voor de klachten vindt, stelt hij vaak de diagnose CVS. Bij pijn van het houding- en bewegingsapparaat komen patiënten bij een reumatoloog terecht. Wanneer deze geen afwijkingen vindt, kan hij bij een deel van de patiënten de diagnose fibromyalgie stellen.

## **Waarom is fibromyalgie omstreden?**

Dat een arts geen afwijkingen vindt, maakt de ziekte anders. In het gangbare medische model hebben gezondheidsklachten een lichamelijke oorzaak. Bij een longontsteking bijvoorbeeld zit er een bacterie in de longen waardoor het longweefsel kapot gaat en er minder zuurstof binnenkomt. De patiënten wordt kortademig. Dat kun je direct zien of anders door onderzoek vaststellen.

Bij fibromyalgie zie je zoiets niet. Mede daarom discussiëren deskundigen of fibromyalgie wel of geen ziekte is. Ik zelf gebruik de term graag. Wanneer een collega zegt dat hij een patiënt met fibromyalgie heeft gezien, kan ik mij meteen een voorstelling maken van de klachten en gevolgen voor de patiënt.

## **Sommige reumatologen zeggen dat je het woord fibromyalgie niet moet gebruiken. Het zou mensen bevestigen in hun ziek zijn.**

Ik zie dat anders. Als iemand met zijn klachten bij de dokter komt, wil hij weten wat er aan scheelt en wat er aan kan worden gedaan. Het is echt belangrijk dat klachten worden benoemd en een heldere diagnose wordt gesteld. Zonder diagnose kun je niet beginnen aan een behandeling. Het woord fibromyalgie kan deze helderheid verschaffen.

Mensen met fibromyalgie voelen zich vaak al onzeker en ellendig. Wanneer je over hun hoofd heen ook nog moeilijke discussies gaat voeren, bereik je alleen dat ze nog onzekerder worden. Beter is het om patiënten hoop te geven en hen te steunen bij het maken van de juiste keuzes.

## **Hoe behandelt u mensen met fibromyalgie?**

Vroeger zeiden we: u moet er mee leren leven. Dat was eigenlijk vrij dom van ons, want als iemand weet hoe hij met zijn klachten moet omgaan, gaat hij niet naar de dokter. Vaak hebben patiënten al van alles geprobeerd: pillen, fysiotherapie, psychotherapie, alternatieve geneeskunde, noem maar op. Vooral wanneer de klachten en de gevolgen aanzienlijk zijn, hebben enkelvoudige behandelingen over het algemeen weinig effect.

## **Wat dan wel?**

Op de Maartenskliniek hebben we een multidisciplinaire strategie ontwikkeld,

die zowel fysiotherapie als psychotherapie omvat. We stemmen deze af op de aard en ernst van de individuele klachten. Als een patiënt vooral wordt gehinderd door angst om te bewegen, leggen we het accent bij fysiotherapie. Als iemand problemen ervaart in het hanteren van stress, ligt de nadruk op psychotherapie. De lengte van het programma varieert met de ernst van de klachten.

## **Veel mensen met onverklaarde aandoeningen, zoals CVS, verzetten zich tegen een psychologische benadering. Die zou hen niet serieus nemen. Hoe ligt dat bij fibromyalgie?**

Zulke weerstand kom ik bij mensen met fibromyalgie weinig tegen. Wat ik vooral zie, is dat zij weer willen meedoen in de maatschappij. En als psychotherapie daarbij kan helpen, is dat prima. Ook patiëntenvereniging FES kiest voor deze invalshoek. Die vraagt artsen naar behandelingen te zoeken, maar spreekt ook haar leden aan op de eigen verantwoordelijkheid. Ik ben er trots op dat in Nederland zo'n vereniging bestaat.

Overigens is de psychotherapie binnen

*“Weerstand tegen psychotherapie kom ik weinig tegen”*

ons behandelprogramma nuchter van aard. Niet teruggaan naar vorige levens of zoiets, om daar de ware oorzaak van de klachten te zoeken. Nee, kijken naar je eigen sterke en kwetsbare punten, je wensen en ambities, het omgaan met pijn en stress. Dat heeft zin. Gecombineerd met goede fysiotherapie helpt dat om weer met plezier mee te draaien in de maatschappij, op een acceptabel niveau.