

Het chronische vermoeidheidssyndroom: meer dan moeheid.

CVS/ME in België.

CVS/ME is in ons land pas sinds 1 april 2003 door het RIZIV erkend als ziekte. In België zou 0,1 tot 0,5 % van de bevolking aan CVS/ME lijden, al is de aandoening slechts bij een klein deel gediagnosticeerd. In totaal gaat het dus om 15.000 tot 20.000 Belgen. De meeste patiënten zijn tussen 20 en 45 jaar oud, maar ook kinderen en adolescenten kunnen door de aandoening worden getroffen. Driekwart van de patiënten zijn vrouwelijk.

Waardoor ontstaat CVS/ME?

Er zijn aanwijzingen dat een overactieve levensstijl, en misschien ook psychische ontwikkeling stoornissen (bijvoorbeeld wegens vroegkinderlijke traumatische ervaringen) de kwetsbaarheid voor CVS/ME kunnen verhogen. Verder zijn acute infecties, maar ook lichamelijke trauma's en psychische (over)belasting zeer vaak een uitlokkende factor.

Ten slotte worden de klachten en beperkingen van CVS/ME patiënten niet zelden instandgehouden door bijkomende psychiatrische stoornissen (bijvoorbeeld depressie).

Zenuwaantasting.

Toch is het zo goed als zeker dat CVS/ME berust op een nog niet opgehelderde aantasting van het zenuwstelsel. Vermoedelijk speelt hierbij een gestoorde wisselwerking tussen systemen die de stresshormonen regelen, het afweersysteem en de pijnmechanismen in de hersenen een belangrijke rol.

Klachten bij CVS/ME.

De Amerikaanse Centers for Disease Control definieerden in 1994 CVS/ME als een minstens zes maanden bestaande, onverklaarde, aanhoudende of steeds weer terugkomende vermoeidheid, met: een duidelijk beginpunt; niet het gevolg van nog steeds voortgaande uitputtende activiteit; niet verbeterend met rust; resulterend in een aanzienlijke vermindering van het activiteitsniveau in het beroep, op school en in het sociale of persoonlijke leven. Om van CVS/ME te kunnen spreken moeten hierbij nog minimaal vier van de volgende symptomen gedurende zes maanden voorkomen: ernstige verslechtering van het korte-termijngeheugen of van de concentratie; keelpijn; pijnlijke hals- of okselklieren; spierpijn; verspreide gewrichtspijnen; nieuw ontstane hoofdpijn; niet-verkwikkende slaap; na inspanning een uitputtingsgevoel dat meer dan 24 uur duurt.

Nieuwe definitie.

Een groep internationale experts heeft nu op basis van de nieuwste inzichten een baanbrekend document opgesteld, met een nieuwe definitie van CVS/ME. Dokter B. Carruthers, hoofdauteur van het document stelt vast: "Deze definitie stelt artsen in staat om de diagnose in een vroeg stadium te stellen. Dat kan bij sommige patiënten bijdragen aan een vermindering van de impact van ME/CVS. Tevens kan daardoor de doorverwijzing van patiënten naar vele specialisten voordat de diagnose wordt gesteld beperkt worden. Patiënten kunnen zo tijdig een geschikte behandeling krijgen."

Meer over CVS/ME.

Over CVS/ME is het laatste woord nog niet gezegd. Op <http://me.pagina.nl/> vind je tal van links naar informatiebronnen en organisaties in België en het buitenland. Onderwerpen die aan bod komen zijn onder meer CVS/ME en arbeidsongeschiktheid, psychologie, behandeling, fysiotherapie, enz.

Dr. Peter Mareen.