

Reumatoïde artritis

Wat merkt u van reumatoïde artritis?

Bij reumatoïde artritis (RA) verlopen de gewrichtsontstekingen vaak grillig. U kunt er enkele dagen of weken meer last van hebben. U kunt zich griepigerig voelen, en ook erg vermoeid. In een later stadium kunnen er complicaties optreden, zoals een gescheurde pees of een bloedvatontsteking.

Pijnlijke ontsteking

Bij een beginnende ontsteking merkt u soms nog niets aan het gewricht. Later heeft u bijvoorbeeld pijn onder de bal van uw voeten bij het lopen, last van stijve vingers of opgezette handen. Een ontstoken gewricht doet pijn, is warm en gezwollen en u kunt het minder goed bewegen. Vooral 's ochtends, of als u lange tijd in dezelfde houding heeft gezeten, kan het gewricht stijf en pijnlijk zijn. Pijn kan uw nachtrust verstoren.

Bij [wat is een gewricht](#) leest u meer over de werking van een gewricht.

Grillig verloop

De ontstekingen verlopen erg grillig. Soms heeft u een aantal dagen, soms weken, meer last. Verder kunnen de ontstekingen wisselend in verschillende gewrichten voorkomen. Ook op één dag kunt u verschil voelen. 's Ochtends heeft u bijvoorbeeld vaak veel meer klachten dan 's middags.

Vermoeidheid en griepigerig gevoel

Vermoeidheid is een andere klacht van veel mensen met reumatoïde artritis. Het is een overheersend **symptoom** van de ziekte en uit zich door gebrek aan energie. Omdat de ontsteking vaak **bloedarmoede** veroorzaakt, draagt dit ook bij aan de moeheid. Ook kan het lijken of u een griep onder de leden heeft, met koorts, zwakte en weinig eetlust.

Ook pezen, slijmbeurzen en spieren

Niet alleen uw gewrichten, maar ook uw **pezen, slijmbeurzen** en spieren kunnen meedoen in het ziekteproces en last geven. Ze kunnen stijf worden en verzwakken. Hierdoor wordt u minder beweeglijk en gaat uw conditie achteruit.

Risico op hart- en vaatziekten verhoogd bij RA

Door de gewrichtsontstekingen heeft u een hoger risico om hart- of vaatziekten te krijgen dan mensen zonder RA. Dit komt doordat de ontstekingen de vaatwanden doen verkalken en van kwaliteit doen veranderen. Dat geeft meer risico op dichtslibben van de vaten wat weer kan leiden tot een hartaanval of een beroerte.

Het is voor u dus extra belangrijk om andere risicofactoren zoveel mogelijk te beperken. De risicofactoren die, naast de RA, een verhoogd risico op hart- en vaatziekten kunnen geven zijn onder meer:

- Roken
- Verhoogde bloeddruk
- Te hoog cholesterolgehalte in het bloed
- Suikerziekte
- Overgewicht

Overlegt u met uw arts of u extra risico loopt, en wat u en uw arts daar samen aan kunnen doen. Als dat nodig is kan uw arts u voor verhoogde bloeddruk of een hoog cholesterolgehalte behandelen of u ondersteuning bieden bij stoppen met roken.

Waarom merkt u dat het slechter gaat?

Reumatoïde artritis kent een wisselend verloop. U kunt het idee hebben dat u steeds verder achteruitgaat. Maar ook per dag kunnen er kleine schommelingen voorkomen. De ziekteactiviteit is toegenomen als u over een periode van meer dan twee weken het idee heeft dat:

- u futlozer bent
- u stijver bent en in steeds meer gewrichten pijn krijgt
- u meer behoefte heeft aan pijnstillers
- een [ontstekingsremmende pijnstiller \(NSAID\)](#) niet meer werkt
- uw dagelijkse bezigheden nog moeilijker gaan dan eerst
- u meer gezwollen gewrichten heeft

U kunt in al deze situaties het beste contact opnemen met uw arts.

Bron.

www.reumafonds.nl