



Spierreuma (PMR)

Spierreuma, ook wel polymyalgia rheumatica (PMR) genoemd, is een reumatische ontstekingsziekte.

Hierbij zijn de spieren in de nek, schouders of heupen stijf en pijnlijk. Deze klachten komen ook veel voor bij andere ziekten. Daarom is het vaak moeilijk om zeker te zijn of je spierreuma hebt. Vaak volgt duidelijkheid uit bloedonderzoek.

Klachten door PMR

De klachten worden veroorzaakt door ontstekingen in de slijmbeurzen, pezen en peesscheden. PMR komt vrijwel uitsluitend voor bij mensen boven de 50 jaar, waarbij vrouwen twee keer zo vaak deze aandoening krijgen als mannen. Polymyalgia rheumatica gaat in de meeste gevallen vanzelf weer over. Dit kan echter wel jaren duren. Bij een klein percentage van de mensen heeft deze ziekte een chronisch verloop, waarbij rustige en actieve periodes elkaar afwisselen.

Behandeling en zorgpaden

Het doel van de behandeling is de ziekte zo veel mogelijk tot rust te brengen. Daarnaast is het van belang de beweeglijkheid van je rug en je conditie te bevorderen

door regelmatig oefenen. Meestal zal je hiervoor naar een fysiotherapeut worden verwezen. In het zorgpad worden afspraken gepland met de reumatoloog en reumaverpleegkundige.

Medicijnen

De eerste keus bij de behandeling van PMR is prednison. Dit is een krachtige ontstekingsremmer en afweer-onderdrukkend medicijn dat behoort tot de corticosteroïden (bijnierschors hormonen). De startdosering is meestal 15 mg per dag. In het algemeen voelen mensen zich al na enkele dagen veel beter, echter het kan ook wat langer duren (2-4 weken). Als de klachten verminderen en de uitkomsten van de bezinkingssnelheidstest verbeteren, wordt de dosering prednison geleidelijk afgebouwd.

Soms kunnen de klachten bij PMR behandeld worden met NSAIDs. Dit zijn ontstekingsremmende pijnstillers met een snelle werking. De behandeling kan worden uitgebreid met fysiotherapie om de stijfheid en bewegingsbeperking te verminderen.

Behandelaars

Tijdens uw behandeling krijgt u te maken met een:

- Reumatoloog
- Reumaverpleegkundige

En mogelijk ook met de volgende professionals:

- Radioloog
- Revalidatie geneeskundige
- Podotherapeut
- Fysiotherapeut
- Ergotherapeut
- Maatschappelijk werker
- Psycholoog
- Orthopedisch chirurg
- Plastisch chirurg

Behandelingen



Radiologie



Gezonde leefstijl voor mensen met reuma

Ondersteunende zorg



Apotheek



Radiologie



Laboratorium

Locatie Spierreuma (PMR)



Jan van Breemen

Amsterdam

[Info & Route](#)

[Al onze locaties](#) →

Meer over deze diagnose

ReumaNederland -PMR



Heb je een vraag over Reade? Onze klantenservice helpt je verder.

T (020) - 242 10 00 | klantenservice@reade.nl