

GOED OF FOUT?

10 STELLINGEN OVER ME/CVS



TEST UW KENNIS VAN DEZE VEELBESPROKEN ZIEKTE

GOED OF FOUT?

1. ME/CVS is een reële, erkende ziekte.
2. ME/CVS is een modeverschijnsel.
3. ME/CVS is iets anders dan chronische vermoeidheid.
4. ME/CVS is geen reden voor een arbeidsongeschiktheidsuitkering.
5. ME/CVS is het gevolg van een inactieve leefstijl.
Rust roest!
6. ME/CVS is een ziekte met aantoonbare lichamelijke afwijkingen.
7. ME/CVS komt alleen voor bij hoogopgeleide vrouwen en perfectionisten.
8. ME/CVS is een etiket waarachter mensen met psychische en sociale problemen zich verschuilen. Artsen die de diagnose stellen maken mensen zieker dan ze in werkelijkheid zijn.
9. ME/CVS is vaak ernstig invaliderend.
10. ME/CVS gaat over door cognitieve gedragstherapie en het stelselmatig opvoeren van lichamelijke activiteit.

1. GOED! ME (myalgische encefalomyelitis) is in 1969 door de Wereldgezondheidsorganisatie WHO in de classificatie van ziektes ingedeeld bij de neurologische aandoeningen. In 1992 heeft de WHO ook de term CVS (chronisch vermoeidheidssyndroom) opgenomen, onder dezelfde diagnosecode als ME.

2. FOUT! In de medische literatuur wordt deze ziekte al sinds 1934 beschreven. De term ME wordt sinds 1956 in de medische literatuur gebruikt. De term CVS is in 1988 ontstaan op een conferentie van Amerikaanse artsen en wetenschappers.

3. GOED! Het woord 'vermoeidheid' leidt tot misverstanden. Mensen met ME/CVS hebben geen last van gewone moeheid, maar van abnormale uitputting en een ziek gevoel na een betrekkelijk geringe inspanning. Daarnaast brengt de ziekte vaak andere klachten met zich mee, zoals spier- en gewrichtspijn, slaapstoornissen, concentratie- en geheugenproblemen en overgevoeligheid voor geluiden, geuren en visuele prikkels.

4. FOUT! Mensen met ME/CVS zijn beperkt in hun functioneren en kunnen door hun ziekte vaak niet of niet volledig meer werken. Afhankelijk van hun arbeidsongeschiktheidspercentage hebben zij, net als andere arbeidsongeschikten, recht op een uitkering.

5. FOUT! Deze gedachte berust op het vooroordeel dat ME/CVS niets anders is dan een verzamelnaam voor klachten die het gevolg zijn van een verkeerde leefstijl. Maar wie ME/CVS heeft is ziek, en moet zorgvuldig een balans zien te vinden tussen inspanning en rust.

6. GOED! Onderzoeken uit verschillende landen laten duidelijk lichamelijke afwijkingen zien. Er zijn onder andere afwijkingen gevonden in het hormonale stelsel, het immuunsysteem, de genen, het bloed en de hersenen.

SCORE

UW

7. FOUT! Weliswaar hebben meer vrouwen ME/CVS, maar de ziekte komt ook voor bij mannen en kinderen. Een verband met karaktereigenschappen, sociaal milieu of leefwijze is nooit bewezen.

8. FOUT! Sommigen denken dat het stellen van de diagnose mensen ten onrechte het gevoel geeft dat zij ernstig ziek zijn, waarna zij zich ook als zodanig gaan gedragen. Feit is echter dat veel patiënten al jarenlang ziek zijn voordat eindelijk de diagnose ME/CVS gesteld wordt. Feit is ook dat deze patiënten niets liever willen dan beter worden, en daar veel voor over hebben.

9. GOED! De meeste patiënten zijn ernstig beperkt in hun mogelijkheden. Normale bezigheden leiden vaak tot uitputting, pijn en andere klachten. Velen zijn min of meer aan huis gebonden.

10. FOUT! Psychologische begeleiding kan helpen om beter met een ziekte om te gaan. Maar de gedachte dat ME/CVS met cognitieve gedragstherapie is te genezen, berust op het misverstand dat deze ziekte voornamelijk in stand wordt gehouden door het gedrag van de patiënt, en door verkeerde gedachten. Hier is nooit enig bewijs voor gevonden. Bewegingsprogramma's waarbij onvoldoende rekening wordt gehouden met wat een patiënt aankan, kunnen zijn gezondheid verslechteren.

Alle vragen goed beantwoord? Gefeliciteerd: uw kennis is uitstekend!

Minder dan 7 vragen goed beantwoord? Verbeter uw kennis!

Meer informatie over ME/CVS en over de antwoorden van deze test vindt u op www.steungroep.nl of www.me-cvsvereniging.nl

Steungroep ME en Arbeidsongeschiktheid

050 549 29 06

ME/cvs Vereniging

0578 61 86 97