

Vermoeidheid bij IBD; hoe ga je daar mee om?

Prof. dr. C. Janneke van der Woude

Erasmus MC
Rotterdam



Erasmus MC
University Medical Center Rotterdam



Soort moeheid

- **Acute moeheid** → Minder dan 1 maand
- **Subacute moeheid** → Tussen 1 en 6 maanden
- **Chronische vermoeidheid** → Meer dan 6 maanden aanhoudend

Hoe uit de moeheid zich

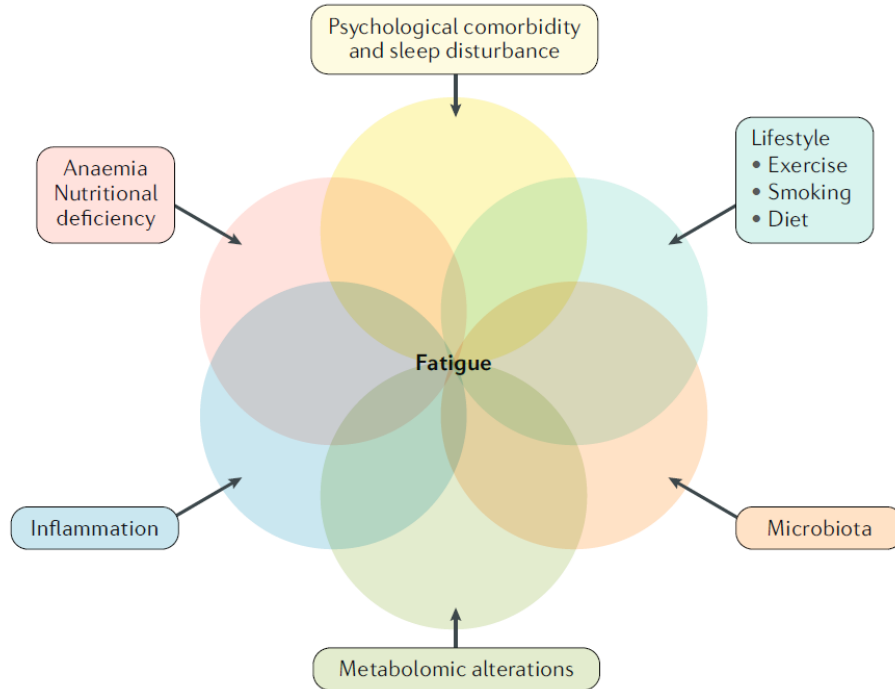
- **Moeilijk of niet op gang komend (subjectief gevoel van algehele zwakte)**
- **Minder lang een activiteit kunnen volhouden (makkelijk vermoeid)**
- **Minder goede concentratie, geheugen en snel emotioneel (mentale moeheid)**

Moeheid komt vaak voor

Study	Population (n)	Method of assessment of fatigue	Prevalence of fatigue			Refs
			Overall	Active disease	Remission	
Minderhoud et al. (2003)	Adult outpatients with IBD, in remission (30)	MFI	–	–	41%	²¹
Björnsson et al. (2004)	Adult outpatients with UC, in remission (77)	FIS	–	–	48% UC	²
Minderhoud et al. (2007)	Adult outpatients with CD starting infliximab therapy or placebo (14)	MFI	–	86% CD	–	³⁶
Romberg-Camps et al. (2010)	Adult outpatients with IBD (707)	MFI	–	–	40%	⁷
Jelsness-Jørgensen et al. (2010)	Adult outpatients with IBD (100)	MFI	–	64% CD, 22% UC	–	⁴⁹
Singh et al. (2011)	Adult outpatients with IBD (704)	Single question survey	–	64% CD, 33% UC	76%	¹⁰
Gräff et al. (2011)	Adult outpatients with IBD (310)	MFI	–	72%	30%	⁶⁴
Römkens et al. (2011)	Adult outpatients with IBD (173)	FSS	–	75%	40%	¹⁰⁷
Bager et al. (2012)	Adult outpatients with IBD (429)	MFI	–	59%	29%	¹¹
Gräff et al. (2013)	Adult outpatients with IBD, fatigue measured over 2 years (312)	MFI	–	42–76%	21–37%	⁴³
Cohen et al. (2014)	Newly diagnosed outpatients, adults and children with IBD (220)	FACIT-F scale	26%	53% CD, 33% UC	24% CD, 19% UC	¹⁶
Danese et al. (2014)	Adult outpatients with IBD (631)	No formal questionnaire	83%	73%	36%	¹
Orimsted et al. (2015)	Newly diagnosed and untreated outpatients with IBD (81)	FSS and IVAS	40–62% CD, 42–47% UC	–	–	¹⁰⁸
Hazhash et al. (2016)	Adult outpatients with IBD (605)	One item of SIBDQ	50% (64% CD, 46% UC)	–	–	¹⁰⁰
Villoria et al. (2017)	Adult outpatients with IBD receiving immunosuppressants or biologic therapy, in remission (202)	FACIT-F scale	–	–	54%	¹⁰
Huppertz-Heuss et al. (2017)	Adult patients with IBD, 20 years after diagnosis (440)	FQ	25% CD, 21% UC	36% CD, 27% UC	15% CD, 16% UC	²²
Voqueleer et al. (2017)	Adult outpatients with IBD (84)	CIS-Fatigue	–	–	65%	⁴⁴

- Rustige ziekte > 40%
- Actieve ziekte > 80%
- Populatie zonder IBD 8-20%

Wat is de oorzaak van moeheid



Borren NZ et al., Nature Reviews Gastro Hepatol 2019

1. Wat kan ik zelf doen

Praat met vrienden en familie

Plan je dag

Gezonde lifestyle: matig alcohol, stop roken en geen drugs

Gezond eten

Bewegen!



2. Rustige ziekte

Gebruik je medicatie

Monitor de ziekte



3. Geen tekorten

**Vitamine B12, ijzer, foliumzuur,
Magnesium, fosfaat**



4. Angst, pijn, depressie en slaapstoornissen

Oorzaak pijn behandelen

Verwijzing naar psycholoog of psychiater



5. Bijwerkingen medicatie

Moet de medicatie worden aangepast?



6. Bijkomende ziektes

Andere ziektes onder controle





Overtime Sick Tired
Dread Health No Time Headache
Stress Bills Payments
No Sleep Stress Debt
Fear Work
Worry Job
Anxiety Retirement
Savings Anxiety
Overdue Expectations
Insurance Time Management
Fear Late Nights
Late N

