

Je ziet het niet. Toch is het er altijd.

► Leven met microscopische colitis



CROHN 
COLITIS NL

Met elkaar sterker

www.crohn-colitis.nl

Wat is microscopische colitis?

Ik heb microscopische colitis. Dat is een chronische ontsteking van de dikke darm. De ziekte veroorzaakt vooral diarree, buikklachten en vermoeidheid.

Veel mensen hebben nog nooit van microscopische colitis gehoord. Daardoor begrijpen anderen vaak niet welke invloed de ziekte op het dagelijks leven heeft.

Als je microscopische colitis hebt, dan heb je collagene colitis of lymfocyttaire colitis.

Je komt ook de term IBD tegen. Dat is de afkorting voor chronische darmontstekingen (Inflammatory Bowel Disease), zoals microscopische colitis, de ziekte van Crohn en colitis ulcerosa.



Wist je dat?

Veel mensen met microscopische colitis pas na lange tijd de juiste diagnose krijgen, omdat de ziekte nog onvoldoende wordt herkend.

Meer dan een darmziekte

Veel mensen denken dat ik alleen last heb van mijn darmen. Maar microscopische colitis heeft invloed op veel meer. Soms is de vermoeidheid zelfs erger dan de buikpijn. Ik moet mijn energie goed verdelen en keuzes maken die anderen vaak niet hoeven te maken.

Microscopische colitis kan zorgen voor:

- Vaak plotselinge diarree waarbij je direct naar het toilet moet. Soms ben je te laat en heb je een ongelukje.
- Buikpijn en buikkrampen
- Extreme vermoeidheid
- Minder energie voor werk, studie, sport of sociale activiteiten
- Stress, onzekerheid en schaamte



‘Ik plan mijn hele dag rondom mijn darmen.’

Waarom begrip voor mij belangrijk is

Mensen zien niet aan mij dat ik microscopische colitis heb. Daardoor denken mensen dat het wel meevalt. Maar ook op dagen dat ik er goed uitzie, kan ik klachten hebben. De ziekte is onvoorspelbaar. Ik weet vaak niet van tevoren hoeveel energie ik heb of wanneer klachten opkomen. Daarom zijn afspraken, werk, studie, sport of spontane activiteiten niet altijd vanzelfsprekend voor mij. Begrip van anderen maakt het makkelijker voor mij om hiermee om te gaan.

‘Soms gaat het goed, en dan heb je opeens weer last van de ziekte’



Wat helpt mij?

Je hoeft mijn ziekte niet helemaal te begrijpen om begrip te tonen.

Dit is wat mij helpt:

- ☒ Begrip als ik een afspraak moet afzeggen
- ☒ Begrip als ik plotseling naar het toilet moet
- ☒ Begrip voor mijn vermoeidheid
- ☒ Luisteren zonder meteen advies te geven
- ☒ Vragen: 'Wat heb jij nodig?'











Wat ik je nog meer wil vertellen

Veel mensen weten niet dat:

- De ziekte een grote impact heeft op het dagelijks leven
- Vermoeidheid één van de grootste klachten is
- Plotselinge diarree en aandrang mijn vrijheid beperken
- De ziekte vaak onzichtbaar is voor de buitenwereld
- Behandeling niet altijd eenvoudig is en soms voelt als zoeken naar wat werkt

Meer
informatie over
microscopische
colitis



Crohn & Colitis NL
www.crohn-colitis.nl

**CROHN &
COLITIS NL**

Met elkaar sterker