

Nederlandse vertaling: EULAR  
recommendations for the non-  
pharmacological management  
of systemic  
lupus erythematosus and  
systemic sclerosis

# 2023: EULAR aanbevelingen voor de niet-medicamenteuze behandeling van systemische lupus erythematosus (SLE) en systemische sclerose (SSC)

Ioannis Parodis, Charlotte Girard-Guyonvarc'h, Laurent Arnaud, Oliver Distler, Andrea Domján, Cornelia H M Van den Ende, Kim Fligelstone, Agnes Kocher, Maddalena Larosa, Martin Lau, Alexandros Mitropoulos, Mwidimi Ndosu, Janet L Poole, Anthony Redmond, Valentin Ritschl, Helene Alexanderson, Yvonne Sjöberg, Gunilla von Perner, Till Uhlig, Cecilia Varju, Johanna E Vriezekolk, Elisabet Welin, René Westhovens, Tanja A Stamm, Carina Boström

Annals of the Rheumatic Diseases Published Online First: 10 July 2023. doi: [10.1136/ard-2023-224416](https://doi.org/10.1136/ard-2023-224416)

# Vier overkoepelende beginselen

- A. Niet-medicamenteuze behandeling voor mensen met SLE en SSc dient worden afgestemd op de behoeften, verwachtingen en voorkeuren van de patiënt en gebaseerd te zijn op gedeelde besluitvorming. [LoA=9.7]
- B. Niet-medicamenteuze behandeling van SLE en SSc kan uit één of meerdere behandelvormen bestaan. [LoA=9.7]
- C. Niet-medicamenteuze behandeling van SLE en SSc kan op zichzelf staan of worden gegeven als aanvulling op een medicamenteuze behandeling. [LoA=9.4]
- D. Niet-medicamenteuze behandeling van SLE en SSc kan een noodzakelijke medicamenteuze behandeling niet vervangen. [LoA=9.6]

# Aanbeveling niet-medicamenteuze behandeling van SLE en SSc

Niet-medicamenteuze behandeling dient gericht te zijn op het verbeteren van de gezondheidsgelateerde kwaliteit van leven bij mensen met SLE (LoE 1-3) en SSc (LoE 2-4). [LoA=9.4]

Mensen met SLE en SSc dienen patiënteneducatie en ondersteuning bij zelfmanagement aangeboden te krijgen (LoE: 2-4). [LoA=9.7]

Het rookgedrag van mensen met SLE (LoE: 3) en SSc (LoE: 4) dient te worden besproken, evenals bestaande programma's die mensen helpen bij het stoppen met roken. [LoA=9.4]

Om Raynaudklachten bij mensen met SLE (LoE: 5) en SSc (LoE: 4) te beperken, dient overwogen te worden hen te wijzen op het vermijden van grote temperatuurwisselingen en koude. [LoA=9.4]

Het belang van een gezond beweegpatroon en eventuele begeleiding daarin dienen met mensen met SLE (LoE 1-3 ) en SSc (LoE: 2-4) besproken te worden. [LoA=9.6]

# Aanbevelingen niet-medicamenteuze behandeling van SLE

Patiënten educatie en ondersteuning bij zelfmanagement dienen overwogen te worden om de uitkomsten van lichamelijke activiteit (LoE:2) en zelfredzaamheid (LoE: 3) van mensen met SLE te vergroten. [LoA=9.4]

Bij mensen met SLE dient uv-bescherming te worden geadviseerd ter voorkoming van opvlamming van ziekteactiviteit (LoE: 4). [LoA=9.2]

Bij mensen met SLE dienen psychosociale interventies overwogen te worden om de gezondheidsgerelateerde kwaliteit van leven (LoE: 1-2) te verbeteren en angstige en depressieve gevoelens te verminderen (LoE 1). [LoA=9.2]

Bij mensen met SLE dient conditietraining overwogen te worden om de algehele conditie te verbeteren (LoE: 1) en om vermoeidheid (LoE: 1-3) en depressieve gevoelens (LoE: 3) te verminderen. [LoA=9.2]

# Aanbevelingen niet-medicamenteuze behandeling van SSc

Bij mensen met SSc dienen patiënteneducatie en ondersteuning bij zelfmanagement worden overwogen voor het verbeteren van de handfunctie (LoE: 2-4), mondfunctie, (LoE: 2), gezondheidsgerelateerde kwaliteit van leven (LoE: 2-4) en het dagelijks functioneren LoE: 2-3). [LoA=9.4]

Bij mensen met SSc dienen begeleiding bij mond oefeningen, handoefeningen en aerobe en spierkracht oefeningen te worden overwogen voor het verbeteren van respectievelijk beperkte mondoening (LoE: 2-4), handfunctie (LoE: 2-4) en het uithoudingsvermogen (LoE:2-4). [LoA=9.3]

Bij mensen met SSc en gezwollen handen (puffy hands) kan manuele lymfedrainage overwogen worden om de handfunctie te verbeteren (LoE: 2). [LoA=8.4]

De Nederlandse versie is gemaakt door:

- Rita Schriemer
- Els van den Ende
- Joke Vriezepakolk
- Judith Potjewijd
- Liesbeth Beart-van de Voorde
- Anne Schouffoer
- Nicky de Jong
- Marlies Blom

eular

EUROPEAN ALLIANCE  
OF ASSOCIATIONS  
FOR RHEUMATOLOGY

**NHPR**

**Nederlandse Health Professionals in de Reumatologie**