

## Wat is primaire Ziekte van Sjögren?

De primaire Ziekte van Sjögren is een chronische auto-immuunziekte waarbij het afweersysteem gezonde cellen aanvalt, wat leidt tot ontstekingen, vooral in traan- en speekselklieren. Dit veroorzaakt ernstige droogheid van ogen en mond, naast extreme vermoeidheid, gewrichtspijn. Het is een vorm van reuma die niet te genezen is, maar wel behandeld kan worden.

- 6884 mensen met de Ziekte van Sjögren in Nederland (385 per 1.000.000 inwoners)
- Openbaart zich meestal tussen het 30<sup>ste</sup> en 60<sup>ste</sup> levensjaar
- Komt meer bij vrouwen voor dan bij mannen (verhouding 9:1)



## Ziekte uitingen

### Sicca-klachten

- Droge ogen (keratoconjunctivitis sicca)
- Droge mond (xerostomie)
- Droge keel en luchtwegen
- Droge huid en vagina

### Vermoeidheid

- Ernstige, persisterende vermoeidheid
- Niet in verhouding tot inspanning
- Grillig beloop
- Slecht herstel

### Musculoskeletale klachten

- Artralgie (gewrichtspijn)
- Myalgie (spierpijn)
- Ochtendstijfheid
- Soms milde niet-erosieve artritis

### Systemische (extraglandulaire) manifestaties

#### a. Pulmonale betrokkenheid

- Interstiële longziekte (ILD)
- Droge luchtwegen

#### b. Neurologische betrokkenheid

- Perifere neuropathie
- Autonome dysfunctie
- Betrokkenheid centraal zenuwstelsel (zeldzaam)

#### c. Nierbetrokkenheid

- Tubulaire acidose

#### d. Vasculitis

- Cutane vasculitis (purpura)
- Systemische vasculitis (zeldzaam)

### Cognitieve en psychosociale klachten

- Concentratieproblemen ("brain fog")
- Depressieve klachten
- Slaapstoornissen

### Hematologische en immunologische kenmerken

- Positieve auto-antistoffen (anti-SSA/Ro, anti-SSB/La)
- Hypergammaglobulinemie
- Lymfadenopathie
- Anemie

## Mogelijke gevolgen van de primaire Ziekte van Sjögren voor het bewegend functioneren

### 1. Vermoeidheid

- Vermoeidheid komt voor bij 70–80% van de patiënten
- Sterkste predictor van verminderde kwaliteit van leven
- ↓ inspanningstolerantie
- ↓ uithoudingsvermogen

➡ Snelle uitputting bij eenvoudige activiteiten (traplopen, wandelen), Noodzaak tot rustmomenten over de dag, beperking in (sociale) participatie.

### 2. Pijn en musculoskeletale klachten

- Artralgie en myalgie komen frequent voor (50–70%)
- Vaak mild inflammatoir, maar functioneel relevant
- Verminderde mobiliteit, spierkracht en fysiek activiteiten.

➡ Beperkingen bij huishoudelijke taken, handfunctie, moeite met lang staan/lopen, deconditionering.

### 3. Sicca-klachten (droogte)

- Oogklachten → visuele beperkingen bij bewegen/sport
- Mondproblemen → voeding → energietekort
- Droge luchtwegen → inspanningsintolerantie

➡ Indirect op het bewegen waardoor gelet moet worden op het aanpassen van omgeving (luchtvochtigheid), extra aandacht voor hydratatie en veiligheid bij visuele beperkingen.

### 4. Cognitieve en psychosociale klachten

- Concentratieproblemen (“brain fog”)
- Depressieve klachten
- Slaapstoornissen

➡ Verminderde participatie en verminderde therapietrouw vaak gerelateerd aan vermoeidheid en chronische ziektebelasting.

### 5. Hematologische en immunologische kenmerken

- Positieve auto-antistoffen (anti-SSA/Ro, anti-SSB/La)
- Hypergammaglobulinemie
- Lymfadenopathie
- Verhoog risico op non-Hodgkin lymfoom
- Anemie

➡ Dyspneu, verminderde inspanningstolerantie

## Mogelijke gevolgen van de ziekte van Sjögren voor het bewegend functioneren

|                                                                                                                                                                                                             |                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| <b>6. Systemische orgaanbetrokkenheid</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Systemische manifestaties wordt gezien in 30-50% van de gevallen</li><li>• Bepalend voor prognose en ziektelast</li></ul> |                                                    |
| <i>a. Pulmonale betrokkenheid</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• Interstitiële longziekte (ILD)</li><li>• Droge luchtwegen</li></ul>                                                               | ➡ Dyspneu, verminderde inspanningstolerantie       |
| <i>b. Neurologische betrokkenheid</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• Perifere neuropathie</li><li>• Autonome dysfunctie</li><li>• Centraal zenuwstelsel betrokkenheid (zeldzaam)</li></ul>         | ➡ Sensibiliteitsstoornissen, pijn, balansproblemen |
| <i>c. Nier betrokkenheid</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tubulaire acidose</li></ul>                                                                                                            | ➡ Elektrolytenstoornissen, spierzwakte             |
| <i>d. Vasculitis</i> <ul style="list-style-type: none"><li>• Cutane vasculitis (purpura)</li><li>• Systemische vasculitis (zeldzaam)</li></ul>                                                              | ➡ Huisafwijkingen, orgaanschade                    |