

# Multipele Sclerose (MS)

## Wat is MS?

MS is een aandoening in de hersenen en het ruggenmerg, waarbij er op verschillende plekken ontstekingen ontstaan. Deze ontstekingen zorgen ervoor dat hersengebieden minder goed met elkaar kunnen communiceren. Hierdoor kunnen de hersenen sommige functies niet goed meer uitvoeren.

De ontstekingen ontstaan omdat het bescherm laagje (myeline) dat om je zenuwuitlopers kapot gaat. Een zenuwuitloper is een soort spriet die vanuit de zenuwcel elektrische seintjes naar andere delen in de hersenen stuurt. Myeline zorgt ervoor dat die seintjes goed en snel worden doorgegeven.

Bij MS valt je eigen afweersysteem die myeline-cellen aan. Waarom dat gebeurt is niet bekend. Multipele sclerose betekent letterlijk 'meerdere littekens'. Dat verwijst naar de harde plekkjes die in de hersenen ontstaan door schade aan de myeline.

## Soorten MS

### MS met aanvallen en herstel (RRMS)

Deze vorm van MS komt het meeste voor en heet ook wel RRMS (relapsing remitting MS) Hierbij heb je last van aanvallen met klachten. Zo'n aanval heet ook wel een schub.

### MS met klachten zonder aanvallen (SPMS)

Bij een deel van de mensen met RRMS gaat de ziekte er na een aantal jaar anders uitzien. De RRMS gaat dan over in secundair progressieve MS. Je hebt dan minder last van de aanvallen, maar door eerdere aanvallen zijn sommige functies wel blijvend beschadigd. Die functies gaan in deze fase vaak iets sneller achteruit.

### MS met klachten die erger worden (PPMS)

Bij primair progressieve MS heb je bijna geen aanvallen, maar worden de klachten langzaam steeds erger. Deze vorm komt maar bij weinig mensen met MS voor.

## Wat zijn de kenmerken van MS?

- Vermoeidheid
- Je voelt tintelingen of pijn in je armen of benen
- Je bent je evenwicht kwijt of loopt minder goed
- Je ziet wazig of juist dubbel
- Je spieren zijn zwak of stijf
- Je hebt problemen met het voelen van kou en warmte
- Je voelt je minder blij of juist angstig
- Je hebt problemen met het slikken of praten
- Je hebt problemen met seksualiteit of incontinentie
- Je hebt problemen met denken, zoals moeite met concentreren of onthouden

## Diagnose van MS

Nadat de ziekte begint, kan het soms lang duren voordat de diagnose MS wordt gesteld. De klachten beginnen namelijk vaak heel langzaam en je gaat niet altijd direct naar de huisarts. De diagnose wordt daarom vaak pas later na de eerste klachten gesteld maar de ziekte begint vaak al eerder. Je gaat met je eerste klachten naar de huisarts. Die je weer doorverwijst naar de neuroloog. Die kan de diagnose stellen door de symptomen verder te onderzoeken en door te kijken naar een MRI scan. Op een MRI is zichtbaar of er littekens van oude of nieuwe ontstekingen in de hersenen of het ruggenmerg te zien zijn. Om de diagnose te stellen moeten er op minstens twee plekken in de hersenen of het ruggenmerg ontstekingen of littekens zijn. Soms wil de arts verder onderzoek doen met een ruggenprik. Met deze prik haalt de arts wat hersenvocht weg voor onderzoek. Meestal wordt dit alleen gedaan als de MRI niet genoeg duidelijkheid geeft.

## Oorzaken van MS

De klachten van MS ontstaan doordat er bescherm laagje om je zenuwuitlopers in je hersenen of ruggenmerg beschadigd raakt. Dat gebeurt omdat je afweersysteem te hard werkt en dit bescherm laagje aanvalt. Uiteindelijk kan ook de zenuwbaan kapot gaan. Signalen vanuit je hersenen komen da niet goed aan op de plek waar ze naartoe moeten. Dat kan bijvoorbeeld een spier zijn. Met de spier zelf is niets mis, maar omdat die geen signalen krijgt, werkt de spier niet goed of helemaal niet. MS is dus geen spierziekte, maar een hersenaandoening.

## Erfelijkheid

MS is niet erfelijk. Maar MS komt in sommige families wel iets vaker voor dan in andere. Een kleine verhoging voor de aanleg voor MS kun je dus wel erven. Dat heeft te maken met je genen. Als je MS hebt dan kan het zo zijn dat je een bepaald gen in je lichaam hebt. Meestal gaat het dan om bepaalde genen die te maken hebben met hoe het afweersysteem werkt.

## Behandeling van MS

Van MS kun je niet genezen. De behandelingen zijn bedoeld om zo min mogelijk last te hebben van de ziekte.

## Medicijnen

Medicatie verkleint de kans op een nieuwe aanval en verkleint de kans op verdere achteruitgang of remt de ziekte. Medicatie die als doel heeft om de ziekte te remmen beïnvloed vaak het afweersysteem waardoor er minder ontstekingen ontstaan.

## MS team

Omdat de klachten per persoon verschillen, zijn er naast medicatie ook verschillende aanvullende behandelingen mogelijk. Denk bijvoorbeeld aan:

- Fysiotherapie: voor problemen met je evenwicht en bewegen
- Ergotherapie: om dagelijkse dingen beter te kunnen doen
- Logopedie: om beter te kunnen praten en slikken
- Klinisch psycholoog: om een mogelijke depressie te behandelen
- Neuropsycholoog: om problemen met concentratie en geheugen aan te pakken

## Adviezen voor mensen met MS

Als je MS hebt, heeft dat veel invloed op je leven. Maar je kunt zelf ook invloed hebben op hoeveel last je hebt van je klachten.

De volgende tips zijn daarbij belangrijk:

- Blijf zoveel mogelijk in beweging.
- Luister goed naar je lichaam, neem rust als het te veel wordt. Let extra op bij hoge temperaturen.
- Voorkomen teveel stress: dit kan je weerstand verminderen en klachten erger maken.
- Eet gezond om op gewicht te blijven en je weerstand te verhogen.
- Gebruik je medicijnen zoals voorgeschreven door je arts.
- Rook niet en drink geen alcohol.

## Tot slot

Als u na het lezen van deze brochure nog vragen hebt, kunt u tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek Neurologie.

U kunt uw vragen natuurlijk ook met uw behandelend arts bespreken.

## Belangrijke telefoonnummers

**ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis):** (013) 221 00 00

**Polikliniek Neurologie:** (013) 221 01 40

**Locatie ETZ Elisabeth Neurocentrum**

Route 42

**Etage G:** (013) 221 23 46

(013) 221 23 51