

# ‘Het deed al pijn als ik naar mijn voet keek’

## Jicht is goed te behandelen

Rijnstate plaatst elke twee weken in samenwerking met **dé Weekkrant** een artikel over gezondheid. Deze keer: **jicht**. “Als ik een jichtaanval had, kon ik niet slapen van de pijn.”

► **Door Lori Schulpen**  
 ► *Velp*

Jicht is een vorm van ontstekingsreuma die vaak voorkomt in de voet en bekend staat om zijn heftige pijn aanvallen. Werner Christiaanse (52) kan erover meepraten. “Ik weet pas een jaar of drie dat ik jicht heb, maar ik vermoed dat ik het al langer heb. Jaren geleden heb ik een zwaar auto-ongeluk gehad, waarbij mijn linkerbeen veel schade heeft opgelopen en mijn linkervoet is gebroken. In de zomer verzwikte ik die voet vaak en kreeg ik heel veel pijn. Niemand mocht eraan komen; ik kreeg al pijn als ik naar mijn voet keek. Voor die pijn had ik altijd wel een excuus, bijvoorbeeld dat ik een misstap had gemaakt op het werk. Maar de pijn is dezelfde als de pijn die ik nu bij een jichtaanval ervaar.”

### Geen slaap

Toen hij ook last kreeg van zijn elleboog, ging hij naar zijn huisarts. Hij kreeg eerst pijnstillers en later colchicine om in te nemen als hij een aanval had. “Dat hielp goed, maar op den duur voorkom je er de aanval niet mee. De eerste paar dagen had ik altijd veel pijn. Ik werkte wel gewoon door, want ik kan

niet stilzitten en heb een eigen bedrijf in onderhoud en reparatie van cv-installaties. Ook de hond moet gewoon naar buiten, natuurlijk, dus hinkte ik steeds een weekje rond. Maar het ergste was dat ik niet kon slapen van de pijn. Na een paar dagen was ik bekaf.”

Vorig jaar kreeg meneer Christiaanse ook een jichtaanval in zijn rechterhand. “Toen was ik het zat, omdat ik met mijn linkerhand moest gaan werken. Ook had ik elke maand wel een aanval. Daarom heb ik een verwijzing gevraagd en ben ik bij de reumatoloog in Rijnstate terechtgekomen. Deze schreef me

» **‘Allopurinol voorkomt dat ik weer een aanval krijg’**

allopurinol voor, een medicijn dat het urinezuur in mijn bloed vermindert en voorkomt dat ik een aanval krijg. Dan heb ik nergens last van.”

### Therapietrouw

Jicht is dus goed te behandelen, maar het is wel belangrijk om de medicijnen trouw in te nemen. “Ik vond het geen fijn idee dat ik elke dag pillen moest innemen. Toen ik met Nieuwjaar in het buitenland zat en geen medicijnen meer had, besloot ik ermee te stoppen en te kijken hoe het ging. Bijna direct kreeg ik weer



“Tijdens een jichtaanval liep ik steeds een week te hinken, ook met de hond.”

Foto: VVB Foto

last van mijn elleboog en mijn voet, die aanvoelde alsof er een soort kussentje onder zat. Ik heb mijn les nu geleerd en slik elke dag mijn tabletten. Dat moet ik gewoon blijven doen.”

Meneer Christiaanse komt regelmatig bij Rijnstate voor controle. “Er wordt bloed geprikt om te kijken hoe mijn waarden zijn. Soms zie ik de reumato-

loog, maar vaak ook word ik gebeld over de uitslagen. Als die goed zijn, hoef ik niet naar het ziekenhuis, dus dat is wel zo gemakkelijk.” Inmiddels heeft hij nergens meer last van: “Sinds ik de allopurinol weer slik, heb ik geen aanval meer gehad. Dat loopt en werkt heel wat fijner. Nu maar hopen dat de jicht ook wegblijft!”

### Meer informatie

Meer weten over jicht? Kijk dan op [www.rijnstate.nl/jicht](http://www.rijnstate.nl/jicht). Van 12 tot 17 maart vindt de jaarlijkse collecteweek van het Reumafonds weer plaats.

## Expertisecentrum

Rijnstate behandelt 3.600 nieuwe jichtpatiënten per jaar en heeft elke dag een jichtspreekuur voor acute patiënten, waardoor de wachttijd kort is. Ook doet Rijnstate veel onderzoek naar jicht. Daarom is Rijnstate Expertisecentrum in jicht van de Samenwerkende Topklinische opleidingsZiekenhuizen (STZ). “Jicht is de meest voorkomende vorm van gewrichtsontsteking”, zegt reumatoloog Matthijs Janssen. “De ziekte ontstaat door een te hoog urinezuurgehalte in het bloed. Er vormen zich urinezuurkristallen in de gewrichten, waardoor die dik, warm en zeer pijnlijk worden.”

Meestal ontstaat jicht in de grote teen, maar het kan in elk gewricht voorkomen. “Een jichtaanval gaat na een of twee weken vanzelf over, maar als je jicht niet behandelt, kan er gewrichtsschade ontstaan.” Belangrijk is ook dat er een sterke relatie tussen jicht en hart- en vaatziekten is. “Veel jichtpatiënten hebben al hart- of vaatproblemen, zoals hoge bloeddruk, of lopen een hoger risico om daar last van te krijgen. Hierop screenen we ook bij Rijnstate en we doen er onderzoek naar.”

### Behandeling

Er bestaan verschillende medicijnen tegen jicht. “Als iemand maar een of twee keer per jaar een aanval heeft, behandelen we de aanval op dat moment en hoeft de patiënt verder geen medicijnen te slikken. Komt de jicht vaker voor, dan schrijven we urinezuurremmers voor die de patiënt elke dag moet innemen. Op die manier is jicht goed te behandelen.”