

# De ziekte van Crohn en u

Wat is de ziekte van Crohn?



## ZvC

De ziekte van Crohn (ZvC), is een chronische ontstekingsziekte die alle delen van het spijsverteringsstelsel aantast, van de mond (waar ze optreedt in de vorm van aften) tot de anus, via de dunne darm en de dikke darm (de zones die het vaakst worden getroffen).

Een

### IMMUUNZIEKTE

treedt op wanneer het immuunsysteem niet correct werkt en het eigen weefsel aanvalt.

In het kort



Ongeveer 1 persoon op 350 lijdt aan de ZvC in Europa en in Noord-Amerika <sup>1,2</sup>

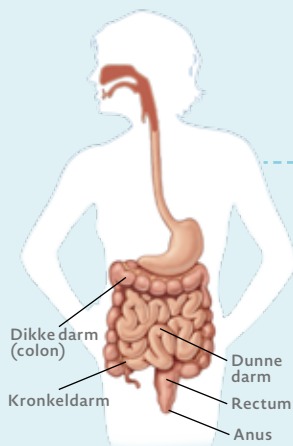


Dit cijfer komt ongeveer overeen met het gemiddeld aantal vrienden dat iemand heeft op Facebook

15-40

De ziekte treft vooral personen van 15 tot 40 jaar

## Wat gebeurt er in het lichaam bij de ZvC?



**Ontsteking** is de normale immunoreactie van het lichaam op indringers (bacteriën en virussen).

Bij personen met de ZvC **valt** het immuunsysteem het slijmvlies van de darmen **aan**.

Het hele spijsverteringskanaal kan worden aangetast door de ziekte van Crohn.

## Wat zijn de symptomen van de ZvC?

Buikpijn  
Diarree  
Koorts  
Misselijkheid  
Vermoeidheid  
Gewichtsverlies  
Verminderde eetlust

Gewone symptomen van de ZvC

Symptomen geassocieerd met de ZvC

Oogontsteking  
Gewrichtsontsteking  
Leverziekten  
Psoriasis  
Huiduitslag

**Vermoeidheid komt veel voor en is het symptoom dat het moeilijkst te behandelen is**



Wat is de oorzaak van de ZvC?  
De juiste oorzaak is niet bekend

Kan de ZvC worden behandeld?

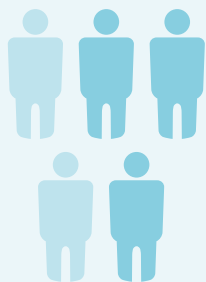
**Ja**, hoewel ze niet kan worden genezen, kan de ZvC worden behandeld. Een behandeling op lange termijn zal noodzakelijk zijn. Zo snel mogelijk starten met een aangepaste behandeling kan de **symptomen verlichten** (bijv. pijn, diarree) en helpen bij het voorkomen van intestinale letsels.

Er bestaan meerdere behandelingstypes<sup>3</sup>:



De invloed van de ZvC **varieert sterk** tussen personen onderling. Bovendien is de evolutie van de ziekte **onvoorspelbaar**, met **symptomen die verschijnen en weer verdwijnen**. Een persoon met de ZvC kan zich **maandenlang goed** voelen, en dan **ineens een aanval krijgen**.

Welke invloed zal de ZvC op mij hebben?



Bij de diagnose van de ZvC vertonen de meeste patiënten enkel een ontsteking

Slechts 1 patiënt op 3 heeft **complicaties** (stenose\*/obstructie, fistel, abces) bij de **diagnose**. In de loop van de **eerste 20 jaar** van de ziekte, zal 1 patiënt op 2 complicaties ontwikkelen<sup>4</sup>.

1 patiënt op 2 zal een **chirurgische** ingreep ondergaan in de **10 jaar na de diagnose**<sup>4</sup>

Ontsteking



Complicaties



Wat zijn de gevolgen van de ZvC?

De ZvC kan gevolgen hebben op volgende domeinen van uw dagelijks leven:



Werk/studies



Interacties met anderen



Gemoedsgesteldheid

Aarzel niet om deze onderwerpen te bespreken met uw arts, naast de klinische symptomen

\* stenose = vernauwing van de darm

### Stoppen met roken

Roken bevordert de progressie van de ZvC. Tracht, indien mogelijk, te stoppen (of niet te beginnen) met roken

### Pak uw vermoeidheid aan

Goed slapen helpt u om uw algemeen welzijn in stand te houden

### Zorg dat u betrokken bent

Word actief. Ga samen met uw arts na welke zorgen voor u het meest geschikt zijn

### Neem het heft in handen

Talrijke patiënten hebben de indruk dat de behandeling en oordeelkundige aanpassingen aan hun levensstijl hen helpen om hun ziekte onder controle te houden

### Zorg voor een juiste voeding

Gevarieerd eten is erg belangrijk. En vermijd uitdroging, vooral tijdens aanvallen, door veel te drinken

Wat kan ik doen?

Het is belangrijk dat u uw lichaam beheerst en dat u uw medicatie neemt volgens de aanbevelingen van uw arts

### Vergeet niet:

Talrijke patiënten met de ZvC blijven dingen doen die voor hen belangrijk zijn, ook al lijden ze aan deze ziekte.

Talrijke personen rond u zijn ook betrokken bij uw ziekte. U bent niet alleen en u kunt beschikken over talrijke hulpbronnen.



## Hardnekkige mythes

Ik moet een strikt dieet volgen omwille van de ziekte van Crohn

### Niet waar

Een gevarieerde en evenwichtige voeding is belangrijk. Elke persoon moet de voeding vinden die voor hem het beste is.

Tegen de ZvC kan men niets doen

### Niet waar

Er zijn behandelingen beschikbaar om de symptomen te verlichten en om onomkeerbare intestinale letsels te voorkomen, of toch ten minste uit te stellen. Hoewel de ziekte niet kan worden genezen kunnen de meeste personen met de ZvC de activiteiten die hen nauw aan het hart liggen verder zetten.

De ziekte van Crohn is erfelijk

### Waar en niet waar

De oorzaken van de ziekte van Crohn zijn nog niet echt bekend. Genetica speelt zeker een rol, maar ook omgevingsfactoren, en "het lot".

Ik kan niet meer werken met de ZvC

### Ook niet waar

Als u uw behandeling goed volgt en er, indien nodig, flexibiliteit is op het werk, kunt u, in de meeste gevallen, uw professionele activiteiten verder zetten.

### Referenties:

1. Ananthakrishnan, A. N. Nat. Rev. Gastroenterol. Hepatol. 2015;12:205-217
2. Molodecky NA et al, GASTROENTEROLOGY 2012;142:46-54
3. [http://www.bcfi.be/GGR/Index.cfm?ggrWelk=/GGR/MPG/MPG\\_C.cfm](http://www.bcfi.be/GGR/Index.cfm?ggrWelk=/GGR/MPG/MPG_C.cfm) accessed on 25 August 2015
4. Perryn-Biroulet L et al, Am J Gastroenterol 2010; 105:289-297

# Notas

Indien u meer informatie wilt, aarzel dan niet om  
de website [www.ziekte-van-crohn.be](http://www.ziekte-van-crohn.be) te raadplegen