

Het Roer Om

(Nieuwsbrief van RPV Roermond e.o.)

KALENDER 2020/2021

19 t/m 22 oktober GEEN hydrotherapie vanwege herfstvakantie

20 oktober knutselmiddag (aanmelden verplicht!)

21 december t/m 3 januari GEEN hydrotherapie vanwege kerstvakantie



Hallo allemaal,
Alleen hydrotherapie en knutselmiddag (op 1,5 m van elkaar) kunnen nog doorgaan, verder zijn onze activiteiten voor 2020 afgelast i.v.m. de Coronamaatregelen. Er is helaas nog geen zicht op hoe het in 2021 verder zal gaan. Voorlopig zullen we elkaar dus niet zoveel zien. Hopelijk bent u wel blij met onze publicaties zoals 'De Leuning' van september en deze nieuwsbrief.

De nieuwsbrief komt dit keer iets eerder om u attent te maken op de Rabo Club Support. Onze vereniging doet hier weer aan mee, hopelijk stemt u (2x) op ons en vraagt u dit ook aan mensen in uw omgeving, zodat we een leuk bedrag mogen ontvangen van de Rabobank als steuntje in de rug in deze financieel ook moeilijke tijd.

De Algemene Leden Vergadering werd goed bezocht gezien de omstandigheden, wat ons erg verheugde. Voor ons een teken dat u betrokken bent bij uw vereniging. Tijdens deze vergadering heeft u mij, Monica opnieuw gekozen om mijn aandeel van het secretariaatswerk te blijven leveren. Dank u wel daarvoor! Inge Cillekens is nu eindelijk officieel bestuurslid, gelukkig heeft ze zich als kandidaat bestuurslid al bewezen door haar inzet en zal dat zeker blijven doen.

We besteden in de komende edities van 'Het Roer Om' aandacht aan minder bekende reumatische aandoeningen zie pagina 3. Wellicht heeft u er zelf mee te maken. Als u daar iets over wilt vertellen, laat het ons weten dan besteden we hier (in overleg met u) aandacht aan in onze publicaties. Alles voor meer onderling begrip.

VERDER IN DIT NUMMER

Rabo ClubSupport en collecte
ReumaNederland 2

Minder bekende reumatische
aandoeningen (myositis) 3

Knutselmiddagen 4

BELANGRIJKE INFORMATIE

Bij de Rabo Club Support
staat onze vereniging onder

Vereniging van Reuma pa-
tienten Roermond



Home > Leden >

Rabo ClubSupport

Jij beslist mee!

Een club is zoveel meer dan een club. Het is de plek waar de buurt samenkomt, waar je iedereen kent, waar je jezelf kunt zijn en waar we elkaar en de buurt sterker maken.

Met Rabo ClubSupport bieden wij kennis, ons netwerk en financiële ondersteuning aan clubs en verenigingen. Om ze sterker te maken, voor nu en in de toekomst. Help jij jouw club haar doel te behalen?

Als lid bepaal jij namelijk welke club een financiële ondersteuning ontvangt. Kortom: jouw stem is geld waard. Goed voor de club & geweldig voor de buurt.

COLLECTE REUMA NEDERLAND 12 t/m 24 oktober



Inhaalcollecte ReumaNederland

Help mee Doe > Inhaalcollecte ReumaNederland



◀ Lees voor ▶

Duizenden collectanten stonden in maart te trappelen om langs te deuren te gaan. Vanwege corona kon dat toen niet, maar ons werk voor een gezonder Nederland moet doorgaan! Daarom is het van 12 tot en met 24 oktober tijd voor een unieke collecte. Wij bundelen voor één keer onze bussen met het Longfonds en de Hartstichting.

Overal in het land bundelen onze collectanten de collectebussen met het Longfonds en de Hartstichting, die ook niet konden collecteren vanwege corona. We lopen mét elkaar en vóór elkaar, voor een gezonder Nederland.

MINDER BEKENDE REUMATISCHE AANDOENINGEN: MYOSITIS

Wat is myositis?

Als u myositis heeft, zijn uw spieren ontstoken. Dit tast uw spiercellen aan. Hierdoor krijgt u pijn en verliezen uw spieren kracht. Bij polymyositis zijn spieren in uw bovenarmen en benen ontstoken, bij dermatomyositis heeft u ook een ontstoken huid.

Symptomen

De eerste verschijnselen van polymyositis en dermatomyositis zijn:

- zwakke spieren en/of spierpijn
- u voelt zich niet lekker
- koorts

De klachten kunnen plotseling ontstaan en lijken op verschijnselen van een zware griep. Soms komen ze geleidelijk en krijgt u eerst klachten in de spieren van uw bekken- en schoudergordel. Hierdoor kunt u moeilijker traplopen, fietsen en voorwerpen boven uw hoofd dragen. Als u de ziekte niet behandelt, neemt uw spierkracht af.

Andere klachten zijn:

- vermoeidheid en pijn in en rond uw gewrichten
- kortademigheid door verzwakte ademhalingsspieren en ontsteking van uw longweefsel
- slikproblemen en verslikken door verzwakking en het opzwellen van uw slikspieren
- aantasting van de organen: vooral bij kinderen gaat het om aantasting van maag- en darmstelsel, hart en longen
- knobbels en schijven onder de huid: vooral bij kinderen komen deze onderhuidse kalkaanslagen voor. Ze veroorzaken veel pijn
- Als u dermatomyositis heeft, kunt u bovendien klachten krijgen rondom uw ogen en op uw handen:
- een pijnlijke en jeukende huid
- wondjes
- opzwellen van het gebied rond uw ogen en oogleden. De oogleden kunnen daardoor paarsrood kleuren
- schilferige, rode verkleuring op de knokkels van uw vingers, ellebogen, enkels en knieën
- rode puntjes langs uw nagelriem
- Als volwassenen krijgt u bij dermatomyositis meestal eerst huidklachten en dan pas last van uw spieren. Kinderen kunnen ook eerst spierzwakte krijgen.

Oorzaak

De oorzaak van myositis is niet bekend, maar waarschijnlijk werkt uw immuunsysteem niet goed. Dankzij dit systeem verwijdert uw lichaam stoffen die er niet in thuishoren. Bij myositis richt uw immuunsysteem zich ook tegen spiercellen of bloedvaatjes in uw spieren. Daarom spreken we van een auto-immuunziekte. De symptomen van myositis verminderen als we het afweersysteem onderdrukken.

Ontstaan

Polymyositis is zeldzaam en komt voor bij tien op de honderdduizend mensen. De ziekte kan op alle leeftijden voorkomen. Dermatomyositis is nog zeldzamer: vijf op de één miljoen mensen krijgt de ziekte. De ziekte kan op alle leeftijden ontstaan, maar komt vooral voor bij kinderen tussen de 5 en 15 jaar en bij mensen op middelbare leeftijd. Beide vormen zijn niet erfelijk.

Diagnose

Als uw arts vermoedt dat u een vorm van myositis heeft, doen we aanvullend onderzoek. Meestal krijgt u een elektromyografisch onderzoek (EMG) om uw spierkracht te meten en een bloedonderzoek. Als deze onderzoeken de diagnose bevestigen, kan de arts een biopsie laten afnemen. Soms ontstaat myositis tegelijk met een longontsteking of een tumor in uw borst, huid, long of buik. Daarom onderzoeken we ook uw andere organen met een CT-scan en een mammografie.

(BRON: Radboud UMC)

KNUTSELMIDDAGEN

De knutselmiddagen (elke 3e dinsdagmiddag van de maand) zijn bedoeld als gezellige gezamenlijke activiteit. Er is een vaste groep die kaarten maakt waarbij men voor €1,00 per maand een voorbeeld kaart krijgt om te borduren of te hobby dotten (stickertjes op kaart in patronen te plakken).

Daarnaast zijn er ook leden die hun eigen knutselwerk komen doen. Geweldig! Want zo krijgen ook anderen nieuwe ideeën.

Op **20 oktober** is de eerstvolgende knutselmiddag. Een van de deelnemers laat dan zien welke leuke dingen je kunt maken met schelpen. De plaatjes zijn ter illustratie er zijn enorm veel mogelijkheden. Met wat fantasie valt van alles te bedenken.



U mag natuurlijk ook een praatje komen maken en tegelijk eens kijken of er iets is dat u bevalt, onder het genot van een kopje koffie of thee (a €1,10)

Wel moet u zich in deze Corona tijd vooraf aanmelden

bij het secretariaat tel 06 4405 8215 of via secretariaat@rpv-roermond.nl

Dit jaar zijn er nog de volgende knutselmiddagen:

20 oktober, 17 november en 15 december, van 14.00 uur tot 16.00 uur in Wijkcentrum Tegelariveld (vanaf 13.15 uur is er iemand aanwezig, mocht u vroeg met de taxi zijn) uiteraard onder voorbehoud van en rekening houdend met de Corona maatregelen van de overheid.

Deze Nieuwsbrief is samengesteld door de redactiecommissie van de Reumapatiëntenvereniging Roermond e.o.

Reacties kunt u mailen naar secretariaat@rpv-roermond.nl

Reuma
patiënten
vereniging
Roermond e.o.