

# Nachtelijke spierkrampen

J. L. ENGELENBURG, HUISARTS TE 's-GRAVENHAGE

**Bestudering van de desbetreffende literatuur over de periode 1888 - 1976 bracht aan het licht dat de oorzaak van nachtelijke spierkrampen onbekend is. Hetzelfde geldt ten aanzien van een adequate therapie, zodat het geven van een placebo het beste lijkt. Studie van krampen, optredend bij mensen die diuretica gebruiken, brengt ons misschien verder.**

Over nachtelijke spierkrampen wordt bij de huisarts meermalen geklaagd. Tussen 1 september 1974 en 1 september 1976 was dat in mijn ongeveer normatieve praktijk 42 maal het geval. De 33 vrouwen en de negen mannen vermeldden deze klacht spontaan, meestal als zij voor andere klachten op het spreekuur kwamen. Er werd dus niet gericht naar geïnformeerd. Meestal zouden de krampen bilateraal optreden (*Gootnick; Nicholson*). Vele patiënten blijken dit echter niet nauwkeurig te kunnen opgeven (*tabel 1*). De kuitspijeren vormen de voornaamste lokalisatie. In de literatuur wordt ook wel melding gemaakt van dij- en voetspijeren, zeldzamer nates- en onderbuikspieren. *Hess Thaysen* veronderstelt dat proctalgie fugax een analoge kramp van de bekkenbodemspieren is.

*Tabel 1. Lokalisatie van nachtelijke spierkrampen bij 42 patiënten in de huisartspraktijk.*

Lokalisatie	Aantal
Rechterbeen	6
Linkerbeen	6
Soms linkerbeen, soms rechterbeen	19
Soms in één, soms in beide benen	
gelijktijdig	10
Onbekend	1
Totaal	42

De gemiddelde leeftijd van de 42 patiënten met nachtelijke spierkrampen in mijn praktijk bedroeg 60,1 jaar (*tabel 2*). In de literatuur wordt echter ook het voorkomen bij jeugdige personen genoemd (*Wilder; Hall*). Evenals de meeste oudere patiënten zullen zij echter uitsluitend wegens de krampen de dokter niet raadplegen.

*Tabel 2. Aantal patiënten met nachtelijke spierkrampen in de huisartspraktijk, naar leeftijd.*

Leeftijd in jaren	Aantal
0 tot 40	6
41 tot 60	12
61 tot 90	24
Totaal	42

Verdeling van het voorkomen der klachten naar de kwartalen van het jaar (*tabel 3*) geeft geen aanleiding klimatologische factoren als oorzaak van de nachtelijke spierkrampen te vermoeden.

Onderzoek naar de oorzaak van nachtelijke spierkrampen werd vóór 1940 voornamelijk door farmacologen en fysiologen verricht. Zij bestudeerden de invloed van kinine en prostigmine op – dierlijke – spierpreparaten, mede naar aanleiding van de invloeden van deze stoffen bij myasthenie en myotonia congenita.

*Tabel 3. Aantal patiënten met nachtelijke spierkrampen in de huisartspraktijk, naar voorkomen per kwartaal.*

Kwartaal	Aantal
1e	5
2e	18
3e	7
4e	12
Totaal	42

De gepropageerde werking van kinine bij nachtelijke spierkrampen wordt niet gesteund door enig statistisch goed gefundeerd onderzoek. Hetzelfde geldt voor andere aanbevolen therapieën. Onderzoek is door het wisselend optreden van

de krampen ook zeer moeilijk. Zo hadden slechts veertien van de 42 patiënten uit mijn praktijk de krampen wel eens drie of meer nachten achtereen. Diverse patiënten zijn dan ook blij met een placebo als behandeling.

Na 1940 werd veel elektronen-microscopisch onderzoek over spierbouw en -processen verricht. Niettemin rangschikken *Layser* en *Rowland* de nachtelijke spierkrampen nog bij de categorie „van onduidelijke oorsprong”.

Daar de oorzaak tussen cerebraal en perifeer kan liggen en ergens in de vele cybernetische rem- en prikkelsystemen daartussen kan aangrijpen, zal het zoeken naar de naald in de hooiberg nog wel even voortduren. De stokersziekte (mijnwerkerskramp, „heat stroke”) zou een verwant beeld zijn. De pas langzaam in de literatuur doordringende spierkrampen als bijwerking van diuretica vormen mogelijk een nuttige bron van studie.

Waarschijnlijk verneemt de huisarts de klacht nachtelijke spierkrampen vaker dan de clinicus.

Gootnick, A. (1943) *Arch. intern. Med.* 71, 555-562.

Hall, A. J. (1947) *Lancet* II, 231-233.

Hess Thaysen, Th. E. (1935) *Lancet* II, 243.

Layser, R. B. & L. P. Rowland (1971) *New Eng. J. Med.* 285, 31-40.

Nicholson, I. H. (1945) *New Eng. J. Med.* 233, 556-559.

Wilder, J. *Med. Rec. (N.Y.)* (1940) 152, 442-446.

Een volledige literatuurlijst is op aanvraag bij de auteur verkrijgbaar: Tweede Schuytstraat 238, 's Gravenhage.

*Summary. Nocturnal myospasms. A survey of the relevant literature over the period 1888 - 1976 revealed that the aetiology of nocturnal myospasms is obscure. There are no reports describing an adequate therapy, and it therefore seems best to give the patients a placebo. Studies of spasms which occur in subjects who are using diuretics, could perhaps yield useful new data.*