

Stekende heup: slecht weer?

Veel patiënten met artrose vertellen dat hun klachten afhankelijk zijn van het weer. Een goede verklaring hiervoor ontbreekt en in de praktijk wordt deze associatie vaak weggewimpeld. Recent onderzoek laat zien dat weersomstandigheden wel enig effect hebben op artroseklachten, maar dat deze invloed zo klein is dat zij niet klinisch relevant is.

Desirée Dorleijn et al. deden er onderzoek naar en volgden 222 patiënten met artrose van de heup gedurende 2 jaar. Zij vulden elke

3 maanden een vragenlijst in, die hun klachten met de zogenaamde WOMAC-pijn- en functiescore in beeld bracht. De onderzoekers gebruikten gegevens van het KNMI om een relatie tussen weersomstandigheden en artroseklachten te bestuderen.

De luchtvochtigheid en barometerdruk bleken samen te hangen met artroseklachten. Bij een stijging van de luchtvochtigheid met 10% nam de gemiddelde pijnintensiteit op een schaal van 0 tot 100 toe met 1 punt. Bij een stijging van de luchtdruk met 10 hPa namen beperkingen op de WOMAC-functieschaal op dezelfde schaal eveneens met 1 punt toe. Temperatuur en windsnelheid bleken

niet gerelateerd aan de klachten. De bijdrage van weersomstandigheden aan de mate van gewrichtsklachten was hiermee $\leq 1\%$.

Uw patiënt die aan zijn gewrichtsklachten verandering van weer waarneemt, heeft dus gelijk. Sterker nog: hij heeft een heel gevoelige waarneming, want de invloed van weersomstandigheden op artroseklachten is maar erg klein. ■

Linda Bröker

Dorleijn DMJ, et al. Associations between weather conditions and clinical symptoms in patients with hip osteoarthritis: a 2-year cohort study. Pain 2014;155:808-13.

De dokter als medicijn

Revalidatie bij chronische pijn, zoals lage rugpijn, berust op cognitieve gedragstherapie. Doel is het anders waarnemen van de pijn. De interactie tussen patiënt en behandelaar blijkt essentieel voor het behandelresultaat. Als die twee het eens worden over de verklaring van de pijn, is de uitkomst beter.

Oosterhof et al. deden onderzoek onder 16 patiënten van een revalidatieprogramma voor chronische pijn en 10 behandelaars door middel van interviews en observaties. De resultaten werden kwalitatief geanalyseerd. De meeste patiënten hadden chronische rugpijn. De onderzoekers bekeken welke factoren gerelateerd waren aan een gunstige revalidatie-uitkomst. Het bleek vooral belangrijk of de patiënt en de behandelaar het eens konden worden over de oorzaak en onderhoudende factoren van de pijn. Wanneer dit zo was, kon de patiënt het geleerde beter toepassen in het dagelijks leven en voelde hij zich serieus genomen.

Bij patiënten die vasthielden aan een somatische oorzaak, terwijl hun behandelaar op een 'psychische' oorzaak bleef hameren, was de uitkomst slecht. Zij konden hun gedrag

moelijk veranderen. Wat bekend is uit eerder onderzoek, bleek hier dus opnieuw. Het helpt patiënten met chronische pijn als de behandelaar hun pijn erkent en samen met hen op zoek gaat naar manieren om ermee te leven, ook al is er geen evidente somatische oorzaak (gevonden). Behandeling van chronische pijn vereist dus echte toenadering. Ondanks alle e-health en

zelfzorgtools, blijft de relatie tussen patiënt en hulpverlener onmisbaar. Een geruststellend idee. ■

Lidewij Broekhuizen

Oosterhof B, et al. Success or failure of chronic pain rehabilitation: the importance of good interaction - a qualitative study under patients and professionals. Disabil Rehabil 2014;Jan 27. [Epub ahead of print]



Foto: Kamira/Shutterstock