

Relatie tussen fibromyalgie en schildklier

door: Koos Dirkse



Fibromyalgie is een beladen onderwerp. Enerzijds zijn er artsen, die weinig tot geen kennis hebben over dit begrip en het afdoen als zijnde dat het 'tussen de oren' zit, daarnaast zijn er veel artsen die dit wel degelijk als een aandoening beschouwen. Naast een aantal artikelen, die ik over deze diagnose heb geschreven, wil ik zowel artsen als patiënten zoveel mogelijk informeren over artikelen, die zijn gepubliceerd over fibromyalgie. Dit keer een artikel van de Holtorf Medical Group uit de VS.

De schildklier

Dit is een kleine, maar zeer invloedrijke klier in de hals. Degenen die bekend zijn met dit belangrijke orgaan, weten dat het een aanzienlijke invloed heeft op tal van functies in het lichaam, waaronder het metabolisme, de hersenen en de gewichtsregulatie. Vanwege de brede invloed van de schildklier kan disfunctie van dit systeem leiden tot de ontwikkeling of voortzetting van vele ernstige aandoeningen, zoals fibromyalgie. Helaas wordt de relatie tussen de schildklier en fibromyalgie vaak over het hoofd gezien. Om deze chronische aandoening volledig te begrijpen en te behandelen, is het belangrijk om bewust te zijn van essentiële bijdragende factoren, waaronder schildklieraandoeningen .

Schildklierziekte

Als deze goed functioneert, helpt de schildklier veel belangrijke aspecten van gezondheid te regelen. Dit essentiële systeem kan echter storingen veroorzaken, wat resulteert in veel symptomen en een groter risico op het ontwikkelen van andere aandoeningen.

Het lichaam is afhankelijk van de juiste productie, transport en balans van schildklierhormonen. Als de kritische hormonen, zoals TSH, T4, T3 en reverse T3 niet juist worden afgegeven, kunnen er veel verschillende problemen optreden. Er zijn twee grote categorieën schildklieraandoeningen die kunnen leiden tot aanzienlijke lichamelijke stoornissen:

1. hypothyreoïdie, wanneer de schildklierfunctie afneemt
2. hyperthyreoïdie, wanneer de schildklierfunctie versnelt

Hashimoto

Het resultaat van beide situaties is hormonale onbalans, die resulteert in wijdverspreide lichamelijke disfunctie. Een auto-immune schildklieraandoening, die bekend staat als de *thyroïditis van Hashimoto*, is één van de belangrijkste oorzaken van hypothyreoïdie. Hashimoto zorgt ervoor dat het eigen immuunsysteem van het lichaam gezond schildklierweefsel aanvalt, wat resulteert in een slechte productie en uiteindelijk een tekort aan schildklierhormoon. Ongeacht de oorzaak, verlaagt het

gehalte aan schildklierhormoon, met name de actieve vorm tri-joodthyronine (T3), de lichamelijke functies.

De volgende symptomen van hypothyreoïdie zijn:

- vermoeidheid
- gewichtstoename
- vertraagde cognitieve functie
- depressie
- gevoeligheid voor verkoudheid
- spier- en gewrichtspijn

Graves

De ziekte van Graves is een andere aandoening van de auto-immune schildklier, die een versnelling van de productie en activiteit van de schildklier veroorzaakt. Deze toename kan bijdragen aan een agressieve en niet-duurzame versnelling van de lichamelijke functie. Typische indicatoren voor de ziekte van Graves en hyperthyreoïdie zijn onder meer:

- snel gewichtsverlies
- angst
- nervositeit
- moeite met scherp zien

Na een langere periode van verhoogde schildklieractiviteit raakt de schildklier uitgeput en kan dit bij patiënten leiden tot:

- langdurige moeheid
- temperatuurgevoeligheden
- spierpijn

Schildklierdisfunctie

Schildklierdisfunctie heeft veel overeenkomsten met een hypothalamische aandoening, die bekend staat als fibromyalgie. Degenen die lijden aan hypothyreoïdie en in mindere mate hyperthyreoïdie, ontwikkelen vaak fibromyalgie of vertonen op zijn minst vergelijkbare symptomen.

Wat is fibromyalgie?

Fibromyalgie is een chronische aandoening, die moeilijk te behandelen is. De primaire indicator van fibromyalgie is langdurige pijn en ongemak. Het is bekend, dat mensen met deze aandoening lijden aan:

- spier- en gewrichtspijn
- spier- en zenuwgevoeligheid
- vermoeidheid
- uitputting na zelfs geringe fysieke activiteit.

Andere symptomen van fibromyalgie zijn onder andere:

- hoofdpijn en pijn aan de achterkant van de schedel
- zeer moeilijk in slaap vallen
- onrustige en vaak onderbroken slaap
- Fenomeen van Reynaud (vertraagde bloedtoevoer naar vingers en tenen)
- gastro-intestinale problemen zoals PBS (Prikkelbaar Darm Syndroom), diarree, obstipatie en een opgeblazen gevoel

Omdat de symptomen van fibromyalgie relatief onopvallend zijn, worden patiënten mogelijk gedurende meerdere jaren niet correct gediagnosticeerd. Doorgaans ontwikkelt de aandoening zich bij *vrouwen in de leeftijd van 20 tot 55 jaar*. Er zijn echter veel mannen onder de naar schatting 10 miljoen gevallen van fibromyalgie in de VS.

Is de HPA-as de ontbrekende schakel?

Het verband tussen schildklierziekte en fibromyalgie is een belangrijk onderdeel van het begrijpen van beide aandoeningen. Fibromyalgie wordt veroorzaakt door *disfunctie van de hypothalamus*. De hypothalamus oefent een aanzienlijke invloed uit op essentiële lichaamsfuncties, waaronder:

- slaap
- hormoonbalans
- lichaamstemperatuur
- autonome zenuwstelsels die de bloeddruk, de bloedstroom en het transport van voedsel door de darmen reguleren

Als onderdeel van de HPA-as werkt de hypothalamus samen met de hypofyse, de bijnieren en de schildklier om hormonen in het gehele lichaam te reguleren. De componenten van de HPA (HPA: Hypothalamus-Hypofyse Bijnier) zijn nauw met elkaar verbonden, wat betekent dat storingen op een bepaald gebied een aanzienlijk negatief effect kunnen hebben op de andere. Dr. J. Teitelbaum, MD, is een expert in chronische aandoeningen, met name chronisch vermoeidheidssyndroom en fibromyalgie. Hij gelooft dat hypothyreoïdie en fibromyalgie verband houden met de oorzaak van de disfunctie.

Invloed

De schildklier heeft een grote invloed op de hypothalamus en de hypofyse. Daarom kan verminderde schildklieractiviteit bijdragen aan fibromyalgie-achtige symptomen en kan het risico op het ontwikkelen van de aandoening zelfs toenemen. Veel symptomen worden gedeeld tussen hypothyreoïdie en fibromyalgie, waaronder:

- vermoeidheid
- uitputting
- depressie
- hersenlevel (Asia syndroom)
- variabele ernst van spier- en gewrichtspijn

Ongeacht of een defect in de schildklier een co-factor is van fibromyalgie, een prominent onderdeel van de symptomen is een verminderde schildklierfunctie.

Wanneer de schildklier-aandoening onbehandeld blijft, kan de reeds verlaagde weefselniveaus van schildklierhormoon blijven dalen, wat resulteert in een grotere ernst van de symptomen.

Cellulaire activiteit

Het schildklierhormoon, met name T3, is een essentieel onderdeel van het handhaven van het cellulaire energieniveau en -activiteit. Niet goed functionerende schildklierhormonen dragen bij aan verminderde mitochondriale energieniveaus, wat resulteert in slechte cellulaire activiteit. Zowel de hypothalamus als de hypofyse zijn bijzonder gevoelig voor cellulaire afname van activiteit. Naarmate cellulaire energieniveaus afnemen, neemt het risico op het ontwikkelen van fibromyalgie toe. Daarom is het belangrijk om een juiste beoordeling van de schildklier te maken en zo nodig een behandeling te starten als een patiënt lijdt aan fibromyalgie.

Ondersteuning van de schildklier om Fibromyalgie

Het verband tussen hypothyreoïdie en fibromyalgie is sterk. Daarom, als u een schildklierpatiënt bent die symptomen van fibromyalgie heeft, is het goed mogelijk dat uw schildklier niet goed functioneert of niet effectief wordt behandeld.

Dr. John Lowe, één van de leidende artsen op het gebied van fibromyalgie-onderzoek, ontdekte dat de chronische symptomen geassocieerd met hypothyreoïdie en fibromyalgie gedeeltelijk of volledig te wijten waren aan een gebrek aan, of niet goede behandeling van de schildklier. Als u bent gediagnosticeerd met fibromyalgie maar uw schildklier niet heeft laten beoordelen of behandelen, praat dan met uw arts over het testen en optimaliseren van uw schildklier.

Voetnoot

In veel artikelen is fibromyalgie beschreven. Vaak gebruikt men hiervoor de naam 'weke delen reuma'. Dit is geen juiste term. Ook patiënten doorsturen naar een reumatoloog heeft weinig zin. Fibromyalgie is één van de aandoeningen, die genoteerd staat onder de noemer SOLK (Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten). Toch lijden er circa 340.000 mensen in Nederland aan deze aandoening. Door het niet erkennen, kunnen zij zich niet ziekmelden of een uitkering verwachten bij het UWV.

Er dient een andere denkrant te worden gevolgd en meer onderzoek te worden gedaan op bovengenoemd gebied. Ik moet de artsen, die moeite hebben met de term 'fibromyalgie' ook gelijk geven, dat het 'tussen de oren zit', namelijk in de hypofyse en de hypothalamus!