

# Vermoeidheid bij CMT en HNPP

Dr Fieke Koopman  
Revalidatiearts  
Amsterdam UMC - locatie AMC



# Vermoeidheid

- Iedereen is wel eens vermoeid
- Huisartsenpraktijk: top 3 (na koorts en hoesten)
- Definitie vermoeidheid
- Lichamelijke of mentale vermoeidheid
- ‘Lekker moe’ of uitgeput



# Vermoeidheid bij CMT

- Ramdharry 2012 (UK): n = 25 ptn CMT, focusgroepen:
  - Beschrijving van vermoeidheid: gebrek aan energie, variaties in vermoeidheid, vermoeidheid als abnormale ervaring (het overvalt je)
  - Triggers: fysieke activiteiten, stress en concentratie
  - Impact: fysieke activiteiten, stemming, schuldgevoel en frustratie, sociale isolatie, wat vinden anderen ervan



- *‘It s like an overwhelming tidal wave that I can almost feel approaching and it s absolutely overwhelming and I just have to sit down and Im asleep’*



*There's tiredness and then there's fatigue tiredness and we see them as two different things. We can be tired and it is just normal tiredness if we've done too much and then we describe fatigue tiredness*



*‘..er zijn grote verschillen tav vermoeidheid en functioneren. Er zijn goede en slechte dagen. Waarom? Het is er zomaar, wel bepalend en van invloed op mijn leven. Altijd moeilijk om de juiste keuzes te maken t.a.v. wat ik wel of niet, moet of kan doen. In het verleden heel vaak over mijn grenzen heen gegaan’*



# Vermoeidheid bij CMT

- Kalkman 2005 (NL): n = 137 CMT -I, vragenlijst onderzoek
  - 64% ervaart extreme vermoeidheid (CIS - fatigue > 35)
- Young 2009 (Duitsland): n = 227 ptn met CMT, vragenlijsten:
  - 43% ervaart extreme vermoeidheid (MFI-20)
  - > controles
- Pareyson 2022 (IT): n = 251 CMT, vragenlijstonderzoek
  - 36% ervaart extreme vermoeidheid (MFIS)
  - > controles
- Jagersma 2012 (NL): n = 55 CMT 1, vragenlijst onderzoek
  - 24% ervaart extreme vermoeidheid vs 14% NL populatie schoolgaande kinderen (CIS-fatigue > 35)



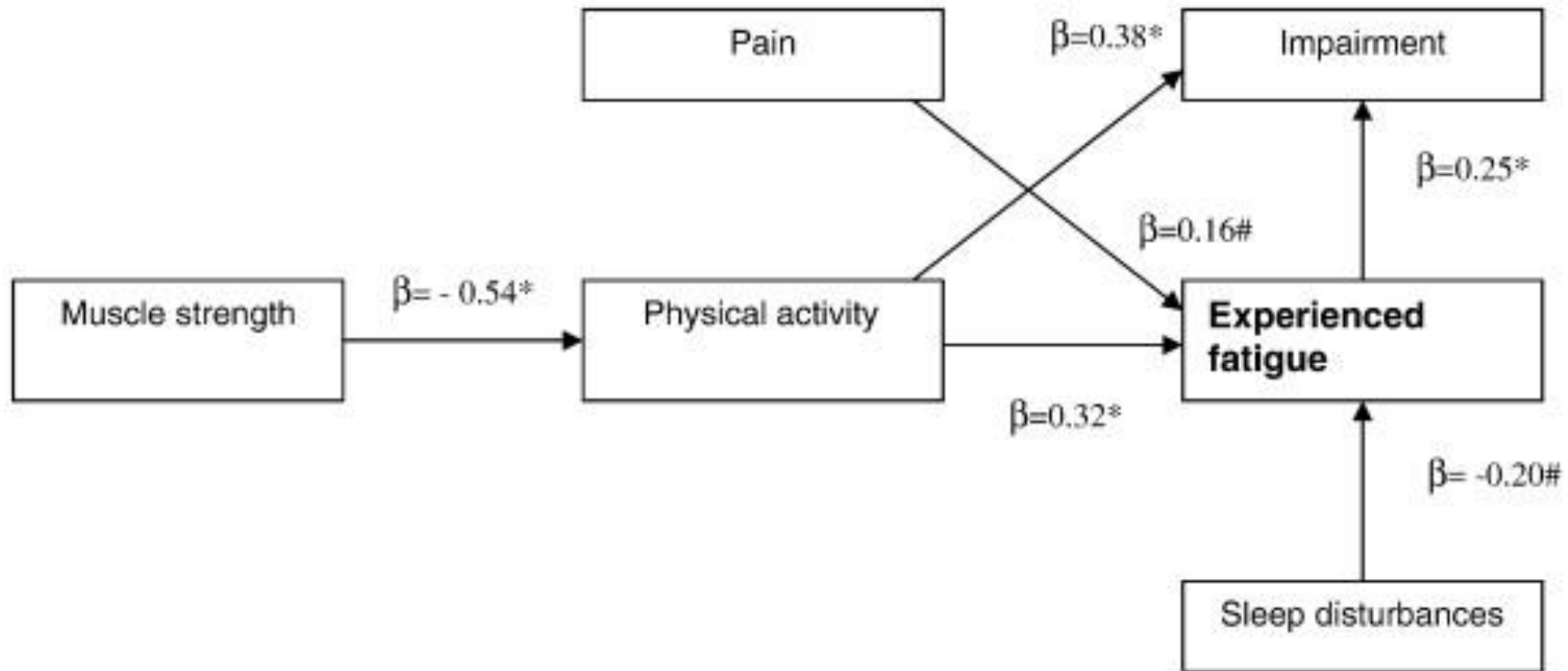
# Vermoeidheid bij HNPP

- Fritz 2020 (VS): n = 9 ptn met HNPP:
  - Gem vermoeidheidsscores over 2 wkn hoog: 5.9/10
- Bjelica 2021 (Servie): n = 18 HNPP vs n = 18 CMT (gender/age matched)
  - HNPP: 22% ervaart ernstige vermoeidheid
  - CMT: 44% ervaart ernstige vermoeidheid





# Transdiagnostisch model





# Omgaan met vermoeidheid

- Ramdharry 2012 (UK): n = 25 ptn CMT, focusgroepen:
  - Strategies to manage fatigue: vooruitplannen, aanpassen van activiteiten, 'leugentje', bewegen
- Uitsluiten andere oorzaken van vermoeidheid
- Revalidatieteam .....



# Casus

- Vrouw van 56 jaar, diagnose HMSN type 2 sinds 3 jaar
  - Getrouwd en moeder van 3 uitwonende kinderen
  - Werkzaam als doktersassistent 3 dagen per week, 8 uur per dag
  - Vrije tijdsbesteding: wandelen in de bergen, sportschool 2 keer /week, boeken lezen.
- Klachten: kracht in onderbenen en handen neemt af sinds 10 jaar. Ook minder gevoel in de voeten. Algehele vermoeidheid aan het einde van de dag. Moet stoppen met lopen na 2 km door spierversmoeidheid in de benen en minder balans.
- Hulpvraag: meer energie