

VOORWOORD

HERSENLEED

Verlies van grip op je leven door schade aan het zenuwstelsel is de schrik van velen. Ik sprak eergisteren nog een jonge huisarts die net de diagnose MS had gekregen, en de paniek flitste uit zijn ogen. Net nu ik meer mensen tegenkom met deze diagnose, komt het Nederlands Tijdschrift voor Leefstijlgeneskunde met artikelen over MS en de ziekte van Parkinson. Nu kan ik me voorstellen dat je bij een oudere met parkinson - wellicht onterecht - minder gauw denkt aan het omgooien van de leefstijl, maar ook die ziekte treft soms jonge mensen in de bloei van hun leven. En als medicatie de problemen niet oplost, zoals vaak het geval is, dan ligt juist bij jonge mensen de vraag naar leefstijl al snel voor in de mond.



De overeenkomsten tussen MS en andere auto-immuunziekten waren eerder al opvallend genoeg om daar een artikel aan te wijden, zoals Brigit de Jong en collega's (waaronder ikzelf) hebben gedaan.¹ MS, diabetes type 1, evenals SLE en reuma, mijn vakgebied, hebben verbazend veel overeenkomsten in risicofactoren en pathofysiologie. Een van de mogelijke gemeenschappelijke factoren zou kunnen zijn dat een verhoogde darmdoorlaatbaarheid de deur letterlijk opent voor interactie van darmbacteriën met het immuunsysteem, waarna door gelijkenis van bacteriële antigenen en lichaamseigen eiwitten abusievelijk een aanval wordt ingezet tegen het eigen lichaam. Uiteraard maakt het voor de symptomen van de ziekte nogal uit of de aangevallen lichaamseigen eiwitten zich dan in het zenuwstelsel, de gewrichten of nog elders bevinden; waarbij de gemeenschappelijke oorsprong over het hoofd wordt gezien.

Als coassistent neurologie kreeg ik rond 1980 de zorg voor een bedlegerige vrouw met MS. Het greep me aan en het leidde tot een scriptie, waarvan ik me alleen nog herinner dat MS in Noorwegen veel vaker optrad in het binnenland, waar mensen veel zuivel aten, dan aan de kust waar mensen veel vis aten. Ook toen al werden associaties met voeding gelegd. Er komen steeds meer aanwijzingen dat zo ongeveer al onze chronische ziekten (zie bijvoorbeeld ook het artikel over rugpijn) samenhangen met te weinig beweging, ongezonde voeding, stress en nog andere omgevings- en leefstijlfactoren. Het zal niet ophouden totdat wij beter voor ons lichaam gaan zorgen. We vertellen in elk nummer voor een stukje hoe je dat kunt doen, maar het belangrijkste is: begin vandaag en doe er elke dag een klein schepje bovenop.

Dirkjan van Schaardenburg
Emeritus hoogleraar reumatologie, vice-hoofdredacteur

REFERENTIE

1. Frazzei G, Van Vollenhoven RF, De Jong BA. Preclinical autoimmune disease: a comparison of rheumatoid arthritis, systemic lupus erythematosus, multiple sclerosis and type 1 diabetes. *Front. Immunol* 2022;doi: 10.3389/fimmu.2022.899372.