

# De ziekte van Scheuermann

DOOR ELLEN VAN EEDEN

Via de infolijn werden wij eerder dit jaar benaderd door een mevrouw met de ziekte van Scheuermann, ook wel adolescentenkyfose genoemd. Een ziekte die tot nu toe bijna geen aandacht heeft gehad in Wervelingen, maar daar komt nu verandering in.

Bij de ziekte van Scheuermann groeit de bovenrug krom door een vergroeiing van één of meer borstwervels. Aan de voorkant van deze wervels zijn te weinig collageenvezels aanwezig, waardoor ze te weinig ondersteuning kunnen bieden. De bolling die ontstaat in de bovenrug wordt een bochel of kyfose genoemd. Het begint vaak in de periode van groei, zo tussen 12 en 17 jaar en stopt wanneer iemand uitgegroeid is. De oorzaak is niet bekend, maar waarschijnlijk spelen genetische factoren een rol. Het is super belangrijk om de ziekte vroeg op te sporen, want de stand van de rug kan alleen in de groei gecorrigeerd worden. Vaak wordt de kromme houding fysiek opgemerkt door een ouder, school of door een ander persoon uit de omgeving.

Wanneer er een vermoeden is van de ziekte van Scheuermann worden er röntgenfoto's gemaakt, waarna een orthooped het aantal graden van de kyfose meet. Als de kromming boven de 50 graden



ligt, kan er gekozen worden voor een gipskorset. En wanneer de bocht nog erger is en iemand veel pijn heeft, wordt in een enkel geval een operatie uitgevoerd.

De bolling in de bovenrug kan ertoe leiden dat de onderrug gaat compenseren, waardoor een extra holle onderrug ontstaat (= lumbale lordose). Veel mensen met de ziekte hebben in het begin geen last. Alleen sommigen krijgen later rugpijn, pijscheuten in de bovenrug bij bepaalde bewegingen (buigen, tillen en bij inspanning), spierpijn en een moe gevoel in de rug.

Het algemene advies luidt fysiotherapie of oefentherapie. De therapeut geeft iemand dan oefeningen mee om de wervelkolom uit te strekken. De vergroeiing van de wervels kan niet worden hersteld, maar de oefeningen zorgen wel voor sterkere rugspieren, minder pijn en een betere houding. In het algemeen wordt beweging aangeraden, vooral zwemmen en fietsen. Intensieve sporten zoals rugby worden afgeraden, omdat het te belastend is.

Wil jij je ervaring met de Ziekte van Scheuermann met ons delen? Neem dan contact op met [redactie@wervelingen.nl](mailto:redactie@wervelingen.nl) of bel de scoliose infolijn **020 - 63 88 535**.