



Essentiële tremor: essentiële zaken voor patiënten

WAT IS HET?

Essentiële tremor (ET) is de meest voorkomende bewegingsstoornis. Het staat ook bekend als een goedaardige essentiële tremor, familiale tremor, of erfelijke tremor. Patiënten met ET ervaren onbeheersbaar trillen (tremor) in de handen, het hoofd, de stem of andere lichaamsdelen. De aandoening begint meestal op volwassen leeftijd en kan naarmate men ouder wordt langzaam verslechteren. De tremor wordt typisch het meest merkbaar als men de handen strekt of kleine handbewegingen maakt, zoals een kopje vasthouden, een lepel gebruiken of schrijven. De tremor stopt meestal als de handen/armen volkomen ontspannen zijn, zoals in rusttoestand in de schoot. Vaak verergert de tremor tijdelijk door stress.

WAT IS DE OORZAAK?

De oorzaak van ET is niet bekend, maar meer dan de helft van de patiënten heeft een ander gezinslid met deze tremor.

Onderzoekers hebben de genen die ET veroorzaken nog niet gevonden. Bij patiënten met ET in de familiegeschiedenis, neigen de symptomen zich op jongere leeftijd al te openbaren.

Onderzoekers denken dat ET zich in de hersenen ontwikkelt, maar de hersenscans van patiënten lijken normaal te zijn.

Er bestaat geen diagnostische test voor ET. Echter, uw dokter zal waarschijnlijk uw bloed willen testen op andere aandoeningen, zoals die van de schildklier, waardoor de tremor zou kunnen verergeren. Door sommige medicamenten kan de tremor ook verergeren.

IS ER EEN BEHANDELING?

Er bestaat een effectieve behandeling om de tremor te verminderen, maar genezing is niet mogelijk. Patiënten kunnen baat hebben bij het gebruik van verzwaarde kopjes en gebruiksvoorwerpen en het dragen van kleine gewichten om de pols. Andere patiënten hebben meer profijt van geneesmiddelen. Geneesmiddelen worden meestal op basis van 'trial and error' uitgeprobeerd. Sommige hiervan werken beter dan andere; dat hangt van de individuele patiënt af. Medicijnen die kunnen helpen zijn:

- Beta-blockers, zoals propranolol;
- Anti-epileptica, zoals primidone, gabapentine, topiramaat en clonazepam

Uw dokter zal waarschijnlijk voorstellen om minder cafeïne en andere stimulerende middelen te gebruiken. Dat geldt ook voor sommige medicamenten die tremoren opwekken. Patiënten met

bepaalde soorten van tremor kunnen soms baat hebben bij botuline-toxine injecties. Botuline-toxine wordt alleen in de spieren gespoten waar de tremor aanwezig is, waarbij de spier dan tijdelijk verzwakt wordt om de tremor te doen verminderen. Deze injecties moeten twee tot vier maal per jaar worden herhaald en zijn het meest effectief voor patiënten met een hoofd of stem tremor.

Hoewel sommige patiënten met een tremor profijt hebben van een behandeling met medicijnen en men deze dan eerst moet uitproberen, kan bij een ernstige tremor een chirurgische behandeling worden overwogen. Uw neuroloog kan u advies geven over de meest passende behandelingsopties voor uw aandoening. Er bestaat meer dan een soort operatie voor ET, zoals:

- Deep Brain Stimulation (DBS): een operatie waarbij een dunne draad (ook wel electrode genoemd) in een klein deel van het brein, de thalamus, wordt geplaatst en verbonden met een pacemakerachtig apparaat (neurostimulator) onder de huid in de borstkas;
- Thalamotomie: een ander type hersenoperatie waarbij een klein deel van de hersenen, de thalamus wordt vernietigd;
- Andere chirurgische behandelingen

IS ESSENTIËLE TREMOR EEN VORM VAN PARKINSON?

Nee. ET komt ongeveer tien keer zo vaak voor dan de ziekte van Parkinson. In tegenstelling tot ET, zijn de handtrillingen van de ziekte van Parkinson het meest zichtbaar als de handen van de patiënt ontspannen zijn en niet als ze worden gebruikt voor activiteiten. Andere symptomen van de ziekte van Parkinson, maar niet van ET, zijn langzame bewegingen, problemen met lopen en andere bevindingen bij het lichamelijk onderzoek.

WAT KAN IK VERWACHTEN ALS IK MET ET MOET LEVEN?

Je levensduur wordt niet verkort door ET. De tremor zou met de tijd kunnen verergeren, maar de verandering treedt meestal langzaam op, en daar gaan meestal vele jaren overheen. Uiteindelijk zullen sommige patiënten een zekere mate van beperking ervaren, zoals moeite bij het schrijven, eten, en drinken. Ook ervaren ze soms een zekere gêne. Bij een milde vorm van tremor zal een behandeling meestal niet nodig zijn, en bij een vroegtijdige behandeling zal het optreden van de symptomen niet stoppen of vertragen. Overweeg het starten van een medische behandeling alleen als je door de tremor hinder ondervindt bij je dagelijkse activiteiten of andere problemen ervaart.