

Wanneer de aandoening nog kort bestaat, kan het opnieuw aanleren van de schrijftechniek, en houding en techniek bij andere beroepen of bezigheden, soms nog verbetering realiseren. Bij mensen die beroepshalve moeten schrijven, is het gebruik van een computer, typemachine of tekstverwerker of het leren schrijven met de andere hand aan te bevelen. Chirurgische therapieën zijn te ontraden.

Botulinetoxine injecties

In een beperkt aantal gevallen van schrijfkrimp wordt een verbetering van de onwillekeurige bewegingen verkregen door injecties met Botulinetoxine. Maar dit heeft niet altijd een verbetering van de functie als gevolg (zie folder 'Botulinetoxine behandeling bij dystonie').

Individuele oplossingen

Veel patiënten ontwikkelen een eigen manier om toch enigszins leesbaar te kunnen schrijven, bijvoorbeeld door de pen tussen wijs- en middelvinger vast te houden of in de volle vuist, of door de schrijfhand te begeleiden met de andere hand. Soms blijken patiënten wel normaal te kunnen schrijven met krijt of viltstift op een bord.

Ook maken patiënten soms gebruik van een uitermate dikke penhouder of andere verkrijgbare hulpmiddelen. De werkzaamheid van deze hulpmiddelen is zeer individueel bepaald en is een kwestie van uitproberen.

Dystonie vereniging



Dystonie Vereniging

Postbus 9345 - 4801 LH Breda

T. 076 514 07 65

secretariaat@dystonievereniging.nl

www.dystonievereniging.nl

 /dystonievereniging

www.dystonienet.nl

Schrijfkrimp e.a.
vormen van
taakspecifieke
dystonie

Wat is schrijfkramp

Schrijfkramp is een vorm van dystonie.

Dystonie kenmerkt zich door een onwillekeurig aanspannen van spieren en door een verstoring van het normale samenwerkingspatroon van spieren (zie folder 'Wat is dystonie').

Bij schrijfkramp hebben patiënten op het moment dat ze gaan schrijven, last van onwillekeurige bewegingen van vingers, hand, pols of arm. Omdat deze onwillekeurige bewegingen alleen in één ledemaat voorkomen, noemt men schrijfkramp een focale vorm van dystonie. Omdat de onwillekeurige bewegingen geluxeerd (uitgelokt) worden door één specifieke taak, namelijk het schrijven, wordt er gesproken van een taakspecifieke dystonie.

De eerste beschrijvingen van schrijfkramp dateren uit de beginjaren van de 19e eeuw. Aanvankelijk is het optreden van verkramping en onwillekeurige bewegingen in handen armspieren vooral beschreven bij mensen die in die tijd schrijver van beroep waren. Later zijn dezelfde verschijnselen ook beschreven bij de uitoefening van andere specifieke taken. Bijvoorbeeld bij musici, kleermakers, schoenlappers, tingeters en bij het beoefenen van sport (schermen en turnen).

Na de schrijfkramp is deze 'beroepskramp' het meest beschreven bij musici, vooral bij pianisten en keyboardspelers, maar ook bij bespelers van snaarinstrumenten en percussionisten. Bij bespelers van blaasinstrumenten is ook kramp van de mondspieren beschreven, die alleen optreedt tijdens het musiceren.

De aandoening kan beperkt blijven tot een onwillekeurig buigen of strekken van één of meer vingers inclusief de duim. Vaak vertoont de pols een abnormale beweging of stand en kan de hele arm bij de aandoening betrokken zijn. Door de verstoorde samenwerking van verschillende spieren worden de bewegingen verkramp, vaak onhandig en vertraagd, uitgevoerd.

De aandoening is doorgaans pijnloos, hoewel pijn kan optreden door de verkrampende spieren.

Wat zijn de symptomen

In de meest zuivere vorm bemerkt de patiënt een verkramping van de vingers, handspieren en/of onderarmspieren tijdens het schrijven. De vingers gaan bij het schrijven als het ware een eigen leven leiden, soms reeds bij het oppakken van een pen of potlood. Bij sommige patiënten verkrampen alleen de vingers die pen of potlood moeten vasthouden. Soms kan de pen tussen de vingers vandaan schieten. Om dit te voorkomen wordt de pen op een ongebruikelijke manier vastgehouden, bijvoorbeeld in de volle vuist of tussen andere vingers. Vaak ontstaat er een afwijkende stand in het polsgewricht, waarbij de hand achterover buigt of juist sterk naar voren of opzij beweegt. Soms wordt hierbij de elleboog omhoog en van het lichaam af bewogen, terwijl ook de schouder spieren bij de kramp betrokken kunnen raken. Ook kan er een hinderlijke beving optreden.

Het gevolg is dat de patiënt niet meer vloeiend kan schrijven en dikwijls blokletters gebruikt. Het schrift verslechtert na enkele woorden of zinnen. Voor velen is het onmogelijk langere tijd achter elkaar leesbaar te schrijven. Bij een deel van de patiënten is aanvankelijk sprake van een zuivere vorm van schrijfkramp. Na verloop van maanden tot jaren ontstaan bij hen echter ook problemen bij allerlei andere handelingen zoals: het hanteren van een schroevendraaier, zich aankleden (sluiten van kleding), gebruik van een schaar. Men spreekt dan van een 'progressieve vorm van schrijfkramp'.

Wat is de oorzaak

Wanneer er geen aanwijsbare oorzaak is, spreekt men van een primaire dystonie. Deze vorm komt het meeste voor. Er is sprake van een secundaire of symptomatische dystonie als er wel een oorzaak gevonden wordt.

Een enkele maal is schrijfkramp een eerste uiting van een onderliggende neurologische ziekte, zoals de jeugdige vorm van de ziekte van Parkinson. Er worden dan in de regel ook andere verschijnselen gevonden. Bij patiënten onder de leeftijd van 50 jaar dient altijd de ziekte van Wilson (koperstofwisselingsstoornis) te worden uitgesloten. Heel soms is er sprake van een familiair voorkomende vorm van dystonie. (Zie folder 'Erfelijkheid en dystonie'.)

Diagnose

De diagnose wordt gesteld op basis van de karakteristieke klachten en verschijnselen bij de patiënt. De aandoening moet onderscheiden worden van overbelasting van spieren door intensief gebruik, zoals bij een tenniselleboog.

Wat is het beloop

Wanneer de schrijfkramp op volwassen leeftijd begint, vindt slechts zelden een uitbreiding plaats naar andere lichaamsdelen. Wanneer de eerste verschijnselen zich echter manifesteren op jeugdige leeftijd, voor het 20ste levensjaar, kan dit een eerste uiting zijn van een uitgebreidere vorm van dystonie. Van de mensen die met de andere hand zijn gaan schrijven, blijkt een kwart na korte of langere tijd dezelfde klachten aan die hand te vertonen. Langdurige, spontane verbeteringen zijn zelden beschreven.

Wie kunnen het krijgen

Schrijfkramp en andere vormen van beroepskramp zijn zeer moeilijk te behandelen. Medicamenten, fysio- of oefentherapie, gedragstherapie en andere vormen van psychiatrische behandeling, myofeedback (= training om spieren te ontspannen met behulp van een EMG) en vormen van alternatieve therapie, hebben geen tot zeer gering effect op deze vorm van dystonie.