

## Limited Joint Mobility (LJM)

### Wat is Limited Joint Mobility?

Limited Joint Mobility (LJM) is een complicatie bij diabetes, waarbij sprake is van gewrichtsproblemen. Oftewel: beperkte beweeglijkheid van de gewrichten door een teveel aan dik en stug bindweefsel rondom deze gewrichten. LJM treedt vaak op in combinatie met complicaties van bijvoorbeeld de ogen, nieren of bloedvaten. Mogelijke oorzaak van deze aandoening is een verminderde doorbloeding van het weefsel en vasthechting van glucose (suiker) aan delen van eiwitten. Dit tast de functie en structuur van bindweefsel aan.

### Klachten

De klachten komen vooral voor in de handen, schouders, heupen en voeten.

- Verdikking van de huid rond de gewrichten; de huid ziet er wasachtig uit;
- gewrichten kunnen pijnlijk en gezwollen zijn;
- verstijven van pezen. Hierdoor kunt u bijvoorbeeld de vingers niet meer goed strekken. U kunt dit testen met de zogeheten 'prayer's sign' ofwel 'het bidteken'. Plaats de handpalmen en vingers in een bidteken. Ontstaan er openingen tussen vingers en polsen, dan is de test positief;
- verstijven van gewrichtskapsels. Dit zijn de omhulsels van de gewrichten. Hierdoor kunt u bepaalde bewegingen met het gewricht niet meer maken. Een bekend voorbeeld hiervan is de 'frozen shoulder';
- beschadiging van het bot door een infectie of ontsteking. Hierdoor kunnen eventueel vergroeiingen van het gewricht plaatsvinden (komt zelden voor);
- gevoelloze zenuwen ten gevolge van een beknelling of neuropathie (= het niet goed functioneren van een of meerdere zenuwen).

### Behandeling

De behandeling bij LJM bestaat uit:

- Zorgen voor een goede glucosewaarde om complicaties te voorkomen;
- fysiotherapie om de gewrichten soepel te maken en te houden. Let op: eventuele vergoeding hiervoor is afhankelijk van de verzekering die u bij de zorgverzekeraar heeft afgesloten.

*Deze folder bevat algemene informatie en is bedoeld om u een globaal beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen echter andere adviezen of procedures van*

toepassing zijn. Deze folder is dan ook alleen een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

### Tot slot

Zijn uw problemen of vragen niet dringend? Overleg deze dan met uw zorgverlener tijdens uw controlebezoek aan de polikliniek. Op onze website [www.amphia.nl/reumatologie](http://www.amphia.nl/reumatologie) kunt u ook antwoord vinden op veel gestelde vragen. Tevens kunt u op deze site meer algemene informatie vinden.

### Vragen?

Wij helpen u graag. Bij voorkeur stelt u uw vragen via ons [patientenportaal \(https://mijn.amphia.nl/mychart/Authentication/Login?\)](https://mijn.amphia.nl/mychart/Authentication/Login?). Op [mijnAmphia\(https://www.amphia.nl/patienten-en-bezoekers/mijnamphia\)](https://www.amphia.nl/patienten-en-bezoekers/mijnamphia) leest u meer over het patiëntenportaal mijnAmphia.

### Bereikbaarheid poli

De polikliniek is op werkdagen telefonisch bereikbaar via (076) 595 10 42 (van 8.00 tot 13:00 uur en van 13:30-16.30 uur).

- Keuze 1: afspraak maken of wijzigen.
- Keuze 2: herhaalrecepten en medisch inhoudelijke vragen over het ziektebeeld, de medicatie, bloedprikken, röntgen en dagbehandeling. U wordt verbonden met het antwoordapparaat van de reumaconsulente.
- Keuze 3: algemene vragen voor de baliemedewerker.

**Let op:** keuze 2 staat gelijk aan het directe nummer van het antwoordapparaat van de reumaconsulenten (tel: (076) 595 1039). U kunt uw boodschap of vraag inspreken. Vermeld altijd uw naam en geboortedatum! Binnen 5 werkdagen ontvangt u een reactie.

Meer lezen over reumatologie bij Amphia?

[Ga naar afdeling Reumatologie \(https://www.amphia.nl/afdelingen/reumatologie\)](https://www.amphia.nl/afdelingen/reumatologie)