

Massage bij fibromyalgie

Inleiding

Fibromyalgie is een vorm van reuma. Het kenmerkt zich door chronische pijn aan spieren en bindweefsel, voornamelijk in de rug, nek, schouders, heupen en knieën. Andere symptomen zijn stijfheid, vermoeidheid en slaapproblemen (Abeles et al. 2007). De oorzaak van fibromyalgie is tot op heden onbekend. Er zijn geen duidelijke functionele of structurele afwijkingen aan spieren vastgesteld bij fibromyalgie patiënten (Rahman et al. 2014).

Het "[American College of Rheumatology](#)" (ACR) heeft in 2010 criteria vastgesteld voor de diagnose van fibromyalgie. Fibromyalgie wordt vastgesteld door middel van een pijn score en een score voor de ernst van andere symptomen zoals vermoeidheid en slaapproblemen (Wolfe et al. 2010).

Het [Reumafonds](#) stelt dat massage de pijn van mensen met reuma kan verminderen (Reumafonds 2015). Dit is vooral het geval bij mensen met nekklachten, schouderpijn en rugklachten, die allen vaak voorkomen bij fibromyalgie.



Er zijn 4 literatuurstudies beschikbaar waarin het effect van massage op pijn bij fibromyalgie is onderzocht (Kalichman 2010; Li et al. 2014; Yuan et al. 2015; Field 2016). In de review van Kalichman (2010) zijn 8 studies opgenomen. In deze review is er niet gekeken naar de kwaliteit van de opgenomen studies. Doordat hier geen rekening mee is gehouden is de conclusie van deze review niet betrouwbaar. Daarom zal de review van Kalichman (2010) in dit artikel niet verder besproken worden. In de review van Field (2016) worden geen studies naar het effect van massage op pijn bij fibromyalgie vergeleken. In deze review worden alleen de conclusies van de reviews van Li et al. (2014) en Yuan et al. (2015) besproken. Daarom zal ook de review van Field (2016) in dit artikel niet verder besproken worden. In dit artikel zal dus aan de hand van 2 literatuurstudies het effect van massage op pijn bij fibromyalgie worden beschreven. In de literatuurstudie van Li et al. (2014) zijn 9 studies naar het effect van massage op pijn bij fibromyalgie opgenomen. In de literatuurstudie van Yuan et al. (2015) zijn 10 studies opgenomen.