

An Lommerse: Fibromyalgie, een ongrijpbare ziekte - Chronische pijn en vermoeidheid, uitgeverij Boekscout, Soest, 2019, ISBN: 9789463892230 (Fibromyalgie, Pijn, ED, OG)

Over het boek:

Fibromyalgie is een ongrijpbare ziekte, waarover nog veel vragen bestaan. Duidelijk is wel dat fibromyalgiepatiënten vooral last hebben van chronische pijn en chronische vermoeidheid, maar niet altijd in dezelfde mate. Goede en slechte dagen wisselen elkaar af, waardoor het voor de buitenwereld niet altijd te begrijpen is. Omdat de oorzaak (nog) niet duidelijk is, bestaat er ook geen eenduidige behandeling, maar dat neemt niet weg dat er verschillende mogelijkheden zijn, die soms meer en soms minder effect hebben. De auteur ging op zoek naar informatie en sprak met lotgenoten. Verschillende onderzoeken, maar ook pijn en pijnbeleving komen aan bod, evenals het nut van beweging en gezonde voeding. Gaandeweg werd de auteur steeds wijzer en hoopt dat ook anderen daarmee hun voordeel kunnen doen.

Over de auteur:

An Lommerse (1954) schreef dit boek over fibromyalgie, omdat ze zelf deze reumatische aandoening heeft. Tot op de dag van vandaag is nog veel onduidelijk over fibromyalgie en wordt op verschillende terreinen onderzoek gedaan. Hoewel er dus (nog) geen eenduidige behandeling is, zijn er wel verschillende mogelijkheden, die soms meer en soms minder effect hebben. Het is vaak een individuele zoektocht om te ontdekken wat werkt. De auteur deed literatuuronderzoek en sprak een aantal lotgenoten. De daardoor opgedane kennis wil ze graag delen met andere fibromyalgiepatiënten en geïnteresseerden.

Inzien:

“In dit boek wil ik duidelijkheid scheppen over wat fibromyalgie is, wat het betekent voor degene die deze diagnose gekregen heeft, welke behandelingen mogelijk zijn en hoe ermee te leven valt. Ook adviezen op het gebied van beweging, voeding en omgaan met pijn en andere klachten komen aan de orde, evenals communicatie over de aandoening met de omgeving.”

<https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=9527>

Extra/Recensies:

<https://www.bewegenzonderpijn.com/boek-fibromyalgie/>

<https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=9527>