Reumabeweeggroep de Meierij

Nieuwsbrief Juni 2026

Voorwoord

Beste leden,
Met deze nieuwsbrief gaan we de zomerperiode tegemoet en verschijnt de laatste uitgave vóór de vakantie. Hopelijk kunnen we allemaal genieten van een periode van rust, ontspanning en mooie zomerse dagen.
Ook tijdens de zomer is het fijn om in beweging te blijven, ieder op zijn of haar eigen manier. Een wandeling, een fietstocht of wat lichte oefeningen kunnen bijdragen aan een prettig en actief gevoel.
Wij wensen iedereen een fijne, zonnige en gezonde zomer toe en zien u graag na de vakantie weer terug.
Met vriendelijke groet,
Het bestuur van de Reumabeweeggroep

Is beschadigd kraakbeen onherstelbaar? Deze ontwikkelingen bieden hoop

Mensen met artrose horen al decennialang hetzelfde: als kraakbeen eenmaal slijt, komt het niet meer terug. Anders dan veel andere weefsels heeft kraakbeen nauwelijks bloedtoevoer, waardoor herstel vrijwel uitblijft. Het gevolg is dat zo'n tien procent van de Nederlandse en Belgische bevolking last heeft van artrose. Kraakbeenslijtage is wereldwijd zelfs een van de belangrijkste veroorzakers van invaliditeit.
Toch begint dat beeld te kantelen. Nieuwe studies laten zien dat beschadigd kraakbeen misschien wél kan herstellen, en dat opent de deur naar nieuwe behandelstrategieën.

Waarom Artrose zo lastig te behandelen is

Voor artrose bestaat op dit moment geen genezende medicatie. Behandelingen richten zich vooral op het verlichten van pijn en het verbeteren van mobiliteit, bijvoorbeeld via fysiotherapie. In ernstige gevallen behoort vaak alleen een kunstgewricht tot de mogelijkheden.
Artrose wordt daardoor vaak beschouwd als een onvermijdelijk gevolg van veroudering. Maar die aanname staat steeds vaker ter discussie. Onderzoekers kijken niet langer alleen naar symptoombestrijding, maar proberen het proces zelf om te keren.

Nieuw materiaal laat kraakbeen opnieuw

Facebook Website

U kunt stemmen van
7 September tot 29 september 2026



Wij doen mee met Rabo ClubSupport
Doe je ook mee?
Dat is goed voor jouw club & geweldig voor de samenleving
de coöperatieve Rabobank

DIJA FASHION



STUKBOUW

groeien

Een van die onderzoekers is Samuel Stupp, chemicus en materiaalwetenschapper aan Northwestern University (VS). Zijn team ontwikkelde een injecteerbaar materiaal dat beschadigd kraakbeen niet alleen vervangt, maar ook nieuw weefselgroei stimuleert. Het materiaal bestaat uit korte eiwitfragmenten en een gemodificeerde vorm van hyaluronzuur. In het gewricht vormt het een netwerk van fijne vezels, een soort biologisch gaas waarin nieuw kraakbeen kan groeien.
Maar herstel hangt niet alleen af van structuur, ook biologische veroudering speelt een rol. Onderzoekers aan Stanford University (VS) richten zich daarom op de moleculaire processen achter kraakbeenverlies.

Waarom ouder kraakbeen minder goed herstelt

Helen Blau, hoogleraar microbiologie en immunologie aan Stanford University, ontdekte dat het enzym 15-PGDH toeneemt met de leeftijd en herstelprocessen afremt. Het breekt stoffen af die nodig zijn voor weefselherstel, waardoor kraakbeen minder goed kan regenereren. Blau en haar collega Nidhi Bhutani, universitair docent orthopedische chirurgie, ontdekten dat het blokkeren van dit enzym leidde tot herstel van kraakbeen.
Naast slijtage en veroudering speelt ook ontsteking een cruciale rol. Volgens hoogleraar orthopedische chirurgie en moleculair geneeskundige Christopher Evans van de Mayo Clinic (VS) kan een chronische ontstekingsreactie kraakbeen in hoog tempo afbreken. Een sleutelrol speelt het eiwit interleukin-1. Normaal helpt dit bij herstel, maar bij artrose blijft het actief en versnelt het de afbraak van gewrichtsweefsel. Om dat proces te stoppen, onderzoeken wetenschappers gentherapie.

Een nieuwe kijk op artrose

Geen van deze behandelingen is nog klaar voor brede toepassing. Toch wijzen ze op een belangrijke verschuiving in denken. Artrose wordt niet langer alleen gezien als onomkeerbare slijtage, maar als een biologisch proces dat mogelijk beïnvloed kan worden.

Met behulp van nieuwe materialen, moleculaire inzichten en genetische technieken proberen onderzoekers het lichaam weer aan te zetten tot herstel.

Voor meer info National Geographic

Whatsapp groepen

Afspraken Whats-App groepen

- De groep is ervoor om bij on-voorziene omstandigheden elkaar snel te bereiken
- Je mag je ook afmelden op deze app, dit is niet verplicht wel wenselijk
- GEEN replays op berichten tenzij echt noodzakelijk
- GEEN berichten die niets met de groep

relaxst.nl

VAN LIEMPD
BESTRATINGSMATERIALEN

Woonsfeer Raaijmakers
vloer- en raamdecoratie
Spoorlaan 46 • 5481 SK Schijndel • Tel. 073 549 24 63
www.woonsfeerraaijmakers.nl

DBA cars
autoservice quality dealership

Dungense Molenbakker
Puur & Ambachtelijk



Bosscheweg 54, Den Dungen, Netherlands
073 594 1284
vdheijdengroente-fruit.nl

of vereniging te maken hebben

- Telefoonnummers mogen NIET aan derden uitgewisseld worden tenzij toestemming van de betreffende persoon
- Onderwerp en Foto van deze app mogen niet veranderd worden





Onweer en zwemmen

Bij onweer mag er niet gezwommen worden. De stalen spanten van het gebouw zijn levensgevaarlijk bij blikseminslag. Een inslag kan dan overslaan op het water, waardoor je er absoluut niet in mag liggen.

PODOTHERAPIE
Linda van de Ven
073- 5944277
info@podotherapielindavandeven.nl
Hopveld 33 (huisartsen Den Dungen)

Jac. Kemps
TWEEWIELERS 1929

A. Dona-van Engelen
Praktijk voor
- Fysiotherapie
- Kinderfysiotherapie
- Lymfedrainage
- Echografie

Bosscheweg 37a, 5271 TM Sint-Michielsgestel
073-5941767 www.donafysio.nl
Binnen één werkdag een afspraak, ook in de avonduren.

METTLER AUTOMOTIVE

Vakanties

Onder aan deze nieuwsbrief vindt je alle vakanties en vrije dagen voor het komend jaar.
Zodat je ze handig in je agenda kunt zetten of kunt opzoeken.

Den Dungense Molen
J. Toelen
Diervoeders & Benodigdheden
Generaties lang vertrouwde kwaliteit!
Hoogstraat 91 Sint Michielsgestel
Tel: 073 – 594 1271 fax: 073 – 594 3290 email: info@dungensemolen.nl

Nog even de huisregeltjes

Bij deze nog even kort een paar huisregeltjes onder de aandacht:
- Beperk het kletsen in het bad zoveel mogelijk tot de eerste 5 en de laatste 10 minuten. Op die manier kunnen alle leden de les goed en gefocust volgen, ook degenen die slechter horen.
- Op verzoek van het zwembad voor het

betreden van het bad graag afspoelen onder de douche.

ALADDIN

Boomkwekerij van den Berk b.v.

Lunchroom broodje apart

WOUTERS MAKELAARDIJ

Op deze dagen is het geen bewegen

Vakanties

Kerstvakantie:
20-12-2025 t/m 04-01-2026

Voorjaarsvakantie:
14-02-2026 t/m 22-02-2026

Meivakantie:
18-04-2026 t/m 03-05-2026

Zomervakantie 2025:
11-07-2026 t/m 23-08-2026

Herfstvakantie:
17-10-2026 t/m 25-10-2026

Feestdagen

Nieuwjaarsdag:
01-01-2026

Pasen:
05 en 06-04-2026

Koningsdag:
27-04-2026

Bevrijdingsdag:
05-05-2026

Hemelvaart:
14-05-2026

Pinksteren:
24 en 25-06-2026

Kerstdagen:
25 en 26-12-2026

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich hier afmelden. • U kunt ook uw gegevens inzien en wijzigen. • Voor een goede ontvangst voegt u info@reumabeweeggroepdemeierij.nl toe aan uw adresboek.

Laposta