

De 'yips': een bewegingsstoornis bij golfers

Erik van Wensen en Bart P. van de Warrenburg

- ACHTERGROND** Hoewel de 'yips' onder golfers veel voorkomt, is deze neurologische bewegingsstoornis onder artsen een onbekend fenomeen.
- CASUS** Een 47-jarige golfer ontwikkelde een hinderlijke, neurologische bewegingsstoornis die tijdens het golfen optrad: de yips. Deze schokken deden zich voor bij het putten, maar niet bij oefenslagen. Ook de vader van patiënt had dergelijke yips.
- CONCLUSIE** De yips is een taakspecifieke dystonie, die ook bij andere sporters voor kan komen. Meerdere factoren, waaronder erfelijke aanleg en angst, lijken een rol te spelen bij het ontstaan van de yips. De aandoening komt veel voor onder professionele golfers, maar ook onder amateurs. De impact is groot en een goede behandeling is vooralsnog niet beschikbaar.

Bij golfers, zowel amateurs als professionals, kan zich na verloop van enkele jaren een neurologisch probleem voordoen: de zogenaamde 'yips'. In de golfwereld is dit een bekend fenomeen, maar golfers winnen hierover zelden medisch advies in. Voor veel artsen is het dan ook een onbekende aandoening. Wij illustreren deze bewegingsstoornis aan de hand van de ziektegeschiedenis van een golfer. Beoefenaars van andere sporten kunnen overigens vergelijkbare problemen krijgen.

ZIEKTEGESCHIEDENIS

Patiënt, een rechtshandige, mannelijke medisch specialist van 47 jaar en daarnaast golfer met handicap 8, had bij het golfen last van hinderlijke schokken in zijn rechter arm (zie video op YouTube: https://youtu.be/_nXLCqt8qo). Zijn voorgeschiedenis vermeldde een familiale essentiële tremor via vaderskant en astma. Hij gebruikte geen medicatie. Op 15-jarige leeftijd was hij begonnen met golf en hij had een sterke drang om te winnen.

Rond zijn 30e ervoer hij voor het eerst de hinderlijke schok in zijn rechter onderarm bij de lange putts op het moment van contact tussen bal en putter. Tijdens zijn oefenslagen had hij er geen last van. Later kreeg hij dergelijke schokken ook bij korte putts en vervolgens ook bij zijn afslagen (drives). Naarmate de wedstrijdspanning toenam, kreeg hij er meer last van. Door de druk van zijn rechter arm af te halen en vrijwel alleen nog met links te putten kon hij de schokken nagenoeg volledig voorkomen. Zijn familieanamnese vermeldde dat zijn vader bij het golfen ook last had van deze schokken tijdens het putten. Het formele neurologische onderzoek toonde, behalve een symmetrische, fijnslagige, hoogfrequente houdingstremor, geen afwijkingen.

Gelre Ziekenhuizen, afd. Neurologie, Apeldoorn.

Drs. E. van Wensen, neuroloog.

Radboudumc, afd. Neurologie, Nijmegen.

Dr. B.P. van de Warrenburg, neuroloog.

Contactpersoon: drs. E. van Wensen (e.van.wensen@gelre.nl).

LEERPUNTEN

- **Taakspecifieke bewegingsstoornissen of dystonieën komen voor bij sporters.**
- **Bij golfers manifesteert een taakspecifieke dystonie zich als de yips.**
- **In bepaalde sporten is de prevalentie van taakspecifieke dystonieën meer dan 10%.**
- **Een goede behandeling voor de yips is vooralsnog niet beschikbaar.**

BESCHOUWING

Inmiddels 40 jaar geleden werd er voor het eerst gepubliceerd over de yips bij golfers.¹ De yips zijn kleine, onwillekeurige schokken in de armen die optreden onder het golfen en dan met name tijdens het putten, waardoor de bal vaak volledig verkeerd geraakt wordt.²⁻⁷ Meestal betreft het de dominante arm, maar beide armen kunnen aangedaan zijn.⁷ Ook bij andere onderdelen van het spel kunnen de yips zich voordoen, waarbij met name de ‘chip-yips’ een berucht fenomeen zijn, die optreden bij een korte slag (chip). In de literatuur wordt gesproken over een prevalentie van ten minste 12% onder golfers.⁷ Dit kan betekenen dat er in Nederland zo’n 40.000 golfers de yips hebben.

De yips lijken een onschuldige probleem. Toch zijn de gevolgen soms groot. Dat geldt zeker voor professionele golfers, voor wie vaak vele duizenden euro’s op het spel staan, als het gaat om het missen of maken van een putt. Een clip op YouTube laat zien hoe een van ’s werelds voormalig beste golfers, Ernie Els, tijdens de Masters van 2016 zijn onmacht demonstreert als hij 7 putts nodig heeft op het eerste hole; verondersteld wordt dat dit door de yips komt (www.youtube.com/watch?v=YefULut6YrA).

DYSTONIE

De yips zijn een neurologisch fenomeen. Het is een taakspecifieke bewegingsstoornis, wat wil zeggen dat deze bewegingsstoornis zich alleen of vooral voordoet tijdens een specifieke taak, in dit geval putten tijdens golf. De abnormale beweging is een overtollige, onwillekeurige beweging, in de vorm van een schok van het aangedane lichaamsdeel. De neurologische classificatie van deze bewegingsstoornis is een focale, taakspecifieke dystonie. Het bekendste voorbeeld hiervan is schrijfkrimp.

Dergelijke taakspecifieke dystonieën zijn in de loop van de jaren ook beschreven bij tal van andere sporten: pistoolschieten,⁸ biljarten (‘keu-itis’), darten (‘darter-itus’), cricket,⁹ en honkbal. Ze komen met name voor bij professionele sporters en de betere amateurs en kunnen ertoe leiden dat iemand zijn sportcarrière onderbreekt. Wat bij

al deze sporten overeenkomt is de intensieve manier van trainen en het uitvoeren van steeds dezelfde specifieke vaardigheid met de hand of voet.

ERFELIJKHEID EN STRESS

De vraag is waarom de ene sportbeoefenaar een taakspecifieke bewegingsstoornis zoals de yips ontwikkelt en de ander niet. Allereerst lijkt een bepaalde erfelijke gevoeligheid voor het ontwikkelen van dystonie mee te spelen. Een recente Ierse studie toonde dat 16,5% van de mensen met een focale dystonie een positieve familieanamnese heeft.¹⁰ De aanwezigheid van de yips bij de vader van patiënt is in dat licht interessant. Daarnaast spelen de intensiteit, de duur (het aantal golfjaren) en ook de prestatiedruk een rol.⁷

Bijzonder is het moment van optreden van de yips, namelijk tijdens het stressvolste moment. Dat is voor de golfer tijdens het putten, voor de honkballer bij het gooien van de bal en voor de darter bij het gooien van het pijltje. De stress kan leiden tot een verstijving en een blokkade van de beweging. Angst om te missen speelt hierbij waarschijnlijk een rol. Maar dat is zeker niet de enige oorzakelijke factor: als golfers de manier waarop zij hun putter vasthouden veranderen, kan dit al dan niet tijdelijk helpen. Deze verandering reduceert de angst uiteraard niet. Dit heeft wel geleid tot de gedachte dat de yips wellicht een spectrum zijn van enerzijds een daadwerkelijke, geïsoleerde dystonie en anderzijds een verstijving door angst.⁵

De yips bij golf zijn als onderwerp vaak taboe. Met name topsporters hebben het er liever niet over, uit angst op ‘besmetting’: ze zijn bang het zelf ook te krijgen met als gevolg daarvan verminderde prestaties en resultaten. Maar als ze éénmaal zijn aangedaan, gaan ze uitvoerig op zoek naar oplossingen. Onder artsen zijn de yips echter niet bekend en de behandelingsmogelijkheden zijn op dit moment beperkt. Hoewel bètablokkers en benzodiazepinen wel werden gebruikt door sporters met de yips, blijken deze middelen over het algemeen weinig te doen.⁷ Wellicht is er een rol weggelegd voor injecties met botulinetoxine A, maar dat moet verder onderzocht worden, net als het mogelijke effect van psychologische interventies zoals ‘eye movement desensitisation and reprocessing’ (EMDR).¹¹

CONCLUSIE

Golfers en andere sporters kunnen getroffen worden door een taakspecifieke dystonie; bij golfers wordt dit de yips genoemd. Onder artsen is dit een onbekend neurologisch fenomeen. De impact moet niet onderschat worden. De prevalentie onder golfers is waarschijnlijk hoog en soms moeten golfers zelfs hun sportcarrière beëindigen.

gen vanwege de yips. Verder onderzoek naar de exacte onderliggende mechanismen en behandelopties zijn dus nodig.

Drs. Michiel L. Arnolds (Gelre Ziekenhuis, afd. Urologie, Apeldoorn) droeg bij aan de totstandkoming van dit artikel.

Belangenconflict en financiële ondersteuning: er zijn mogelijke belangen

gemeld bij dit artikel. ICMJE-formulieren met de belangenverklaring van de auteurs zijn online beschikbaar bij dit artikel.

Aanvaard op 15 november 2017

Citeer als: Ned Tijdschr Geneeskd. 2018;162:D2204

 **KIJK OOK OP WWW.NTVG.NL/D2204**

LITERATUUR

- 1 Foster JB. Putting on the agony. *World Med.* 1977;12:26-27.
- 2 Adler CH, Crews D, Hentz JG, Smith AM, Caviness JN. Abnormal co-contraction in yips-affected but not unaffected golfers: evidence for focal dystonia. *Neurology.* 2005;64:1813-4.
- 3 Adler CH, Crews D, Kahol K, et al. Are the yips a task-specific dystonia or golfers' cramp? *Mov Disord.* 2011;26:1993-6.
- 4 Sachdev P. Golfers' cramp: clinical characteristics and evidence against it being an anxiety disorder. *Mov Disord.* 1992;7:326-32.
- 5 Smith AM, Adler CH, Crews D, et al. The yips in golf: a continuum between a focal dystonia and choking. *Sports Med.* 2003;33:13-31.
- 6 Stinear CM, Coxon JB, Fleming MK, Lim VK, Prapavessis H, Byblow WD. The yips in golf: multimodal evidence for two subtypes. *Med Sci Sports Exerc.* 2006;38:1980-9.
- 7 McDaniel KD, Cummings JL, Shain S. The yips: a focal dystonia of golfers. *Neurology.* 1989;39:192-5.
- 8 Sitburana O, Ondo WG. Task-specific focal hand dystonia in a professional pistol-shooter. *Clin Neurol Neurosurg.* 2008;110:423-4.
- 9 Bawden M, Maynard I. Towards an understanding of the personal experience of the yips in cricketers. *J Sports Sci.* 2001;19:937-53.
- 10 Williams L, McGovern E, Kimmich O, et al. Epidemiological, clinical and genetic aspects of adult onset isolated focal dystonia in Ireland. *Eur J Neurol.* 2017;24:73-81.
- 11 Bennet J, Bickley J, Vernon T, Olusoga P, Maynard I. Preliminary evidence for the treatment of performance blocks in sport: the efficacy of EMDR with graded exposure. *J EMDR Pract Res.* 2017;11:96-110.