

Behandeling van osteoporose

Bisfosfonaatinjectie

Bij osteoporose is het risico op breuken verhoogd. Indien osteoporose niet tijdig behandeld wordt, kunnen de gevolgen ernstig zijn. In het bijzonder bij heupfracturen die vaak gepaard met pijn, ziekenhuisopname of verminderde beweeglijkheid en/of zelfstandigheid. Gelukkig kan je zelf een belangrijke rol spelen bij het helpen voorkomen van osteoporose en bestaan er doeltreffende behandelingen.

Doel van de behandeling

De behandeling van osteoporose beoogt het verminderen van het risico op breuken en de daarmee gepaard gaande gevolgen zoals pijn, hospitalisatie, verlies van mobiliteit en/of zelfstandigheid bij personen met een verhoogd risico.



Meer informatie over de risicofactoren vind je in de folder 'Osteoporose, wat is het?'. Vraag er naar bij je apotheker

Geneesmiddelen zijn niet de enige behandelingsstap bij osteoporose. Zelfs indien je aan osteoporose lijdt, is het belangrijk bepaalde leefgewoonten aan te houden die zorgen voor het behoud van de botmassa en het vermijden van breuken: voldoende inname van calcium, regelmatige blootstelling aan zonlicht, voldoende en aangepaste lichaamsbeweging, matig alcoholgebruik, stoppen met roken. Bij oudere personen is ook valpreventie een belangrijke factor om breuken te voorkomen.



Vraag de folder 'Bescherm je botmassa!' aan je apotheker

Wat houdt je behandeling in?

Je arts schreef je injecties voor met bisfosfonaat. Indien de opname van calcium via de voeding, en van vitamine D, via blootstelling aan de zon, onvoldoende is, zal je arts je ook supplementen van calcium en vitamine D voorschrijven.

Deze middelen vormen een essentieel trio om uw osteoporosebehandeling een maximale kans op slagen te geven. Ze hebben een andere werking. Bisfosfonaat remt het botverlies terwijl calcium en vitamine D de aanmaak van het bot bevorderen. Voor een doeltreffende behandeling zijn je injecties met bisfosfonaat even belangrijk als een voldoende inname van calcium en vitamine D.

Hoelang duurt de behandeling?

De behandeling van osteoporose dien je systematisch en gedurende langere tijd (meerdere jaren) verder te zetten om effect te hebben.

Het is zeer belangrijk om je bisfosfonaatinjectie op het afgesproken moment toe te dienen en je calcium en vitamine D dagelijks in te nemen, zelfs indien je de effecten van de behandeling niet gewaar wordt.

Stop nooit op eigen initiatief je behandeling, maar raadpleeg je arts bij moeilijkheden.

Hoe je geneesmiddel nemen?

Je arts heeft je **bisfosfonaat**

_____ (naam van het geneesmiddel) voorgeschreven, toe te dienen via injectie,

- ☐ elke 3 maanden.
- ☐ elk jaar.

Je arts schreef je ook voor:

- ☐ calcium _____
in te nemen _____
- ☐ vitamine D _____
in te nemen _____
- ☐ een combinatie van calcium en vitamine D

_____ in te nemen _____

Neem **calcium** (alleen of in combinatie met vitamine D), **tijdens of net na de maaltijd**, met een groot glas water (200 ml) om maag-darmklachten te vermijden (verstopping).

Wat doen als je te laat bent voor je bisfosfonaatinjectie?

Ook indien de geplande toedieningsdatum van je injectie voorbij is, dien je je arts te contacteren. Hij zal de injectie alsnog toedienen. De volgende injecties worden ingepland aan de hand van deze laatste injectie.

Mogelijke bijwerkingen?

Calcium wordt meestal goed verdragen. Inname van hoge dosissen kan soms spijsverteringsstoornissen zoals verstopping veroorzaken.

Vaak voorkomende bijwerkingen van injecties met bisfosfonaat (bij 1 à 10 patiënten op 100) zijn hoofdpijn, verstopping of diarree, duizeligheid, spierpijn, koorts of griepelijke toestand. Deze bijwerkingen verdwijnen meestal binnen de 3 dagen na toediening.

Een zeldzame ernstige bijwerking van bisfosfonaat (bij 1 à 10 patiënten op 10.000) is het afsterven van het kaakbeen. Zorg steeds voor een goede mondhygiëne, laat regelmatig je gebit controleren en raadpleeg bij eventuele mondklachten een tandarts. Verwittig je tandarts ook dat je een behandeling met bisfosfonaat volgt.

 **Lees ook aandachtig de bijsluiter**

Wat met andere geneesmiddelen?

Verschillende geneesmiddelen kunnen de onderlinge werking versterken of verminderen. Informeer steeds je arts en je apotheker welke geneesmiddelen je neemt alvorens met een ander geneesmiddel te starten, zelfs indien het een voorschriftvrij geneesmiddel betreft.

Sommige geneesmiddelen worden minder snel opgenomen indien ze samen met calcium worden ingenomen. Laat daarom minstens 2 uur tussen de inname van calcium en bepaalde antibiotica (tetracyclines en chinolones) of schildklierhormonen (levothyroxine).

Wanneer je arts raadplegen?

Raadpleeg je arts **onmiddellijk** indien:

- ♦ Je last hebt van pijn in de mond, een zwelling of niet-genezende zweer in de mond en/of kaak, pusafscheiding, gevoelloosheid of zwaar gevoel in de kaak, of als je een tand verliest;
- ♦ Je een nieuwe of ongewone pijn voelt aan de dij, heup of lies.

Raadpleeg ook je arts indien:

- ♦ Je last hebt van misselijkheid en braken, verstopping, duizeligheid, verwardheid, spierzwakte, toegenomen dorst en een constante drang om te plassen;
- ♦ Je last hebt van andere bijwerkingen;
- ♦ Je zwanger bent of wil worden, of borstvoeding geeft.

 **Indien je nog vragen hebt, raadpleeg je apotheker of arts!**