

EULAR RICHTLIJNEN

Het realiseren van goed medicijngebruik bij een behandeling met glucocorticoiden

Dit is de **patiëntenversie** van de EULAR-richtlijnen voor goed medicijngebruik bij een behandeling met glucocorticoiden bij mensen met reumatische aandoeningen. De originele publicatie kunt u downloaden op de website van [EULAR](#) of op de website van [ReumaNet](#).

INLEIDING

Glucocorticoiden (prednison of prednisolon, in de volksmond ook cortisonen genoemd) zijn geneesmiddelen die ontstekingsreacties remmen. Ze worden al lange tijd toegepast bij reumatische aandoeningen zoals reumatoïde artritis, polymyalgia rheumatica (een vorm van spierreuma bij ouderen), lupus en vasculitis.

In de EULAR-richtlijnen staan aanbevelingen voor artsen en patiënten met betrekking tot de beste manier om aandoeningen te behandelen en onder controle te houden. EULAR heeft al eerder aanbevelingen gepubliceerd voor mensen met een reumatische aandoening. Die aanbevelingen richtten zich eerder op lage doseringen (minder dan 7,5 mg per dag) dan op gemiddelde of hoge doseringen die sommige mensen moeten gebruiken - soms zelfs wel 100 mg per dag.

Dankzij deze nieuwe aanbevelingen kunnen ook hogere doseringen veiliger gebruikt worden.

De aanbevelingen zijn door **artsen en patiënten** geschreven. De auteurs hebben gekeken naar de gegevens over het gebruik van gemiddelde en hoge doseringen glucocorticoiden (GC). Ze hebben vooral gekeken naar de bijwerkingen die de geneesmiddelen kunnen veroorzaken.

WAT WETEN WE AL?

GC remmen ontstekingen en brengen de schade die als gevolg van de ziekte (bij reumatoïde artritis) in uw gewrichten ontstaat tot stilstand. Deze geneesmiddelen brengen ook **bijwerkingen** met zich mee. Hoe hoger de dosering, hoe groter de kans op bijwerkingen.

HOE LUIDEN DE AANBEVELINGEN?

Veel van de aanbevelingen gaan over het vinden van een **balans** tussen de voor- en nadelen van het geneesmiddel. Dat betekent dat de positieve effecten van het medicijn groter moeten zijn dan de negatieve effecten die zich kunnen voordoen, zoals bijwerkingen en ongemak.

Elke aanbeveling is gebaseerd op **beschikbare wetenschappelijke gegevens** of

bewijzen. Hoe meer sterren een aanbeveling heeft, des te sterker het bewijs en des te belangrijker dat u en uw arts deze aanbeveling opvolgen.

Een ster (*) betekent dat het een zwakke aanbeveling is met beperkt bewijs.

Twee sterren (**) betekent dat het een zwakke aanbeveling is met enig bewijs.

Drie sterren (***) betekent dat het een sterke aanbeveling is met enig bewijs.

Vier sterren (****) betekent dat het een sterke aanbeveling is met sterk bewijs.

De aanbevelingen zijn in **drie categorieën** ingedeeld:

- 1) **Informatie over de manier waarop bijwerkingen voorkomen kunnen worden**
- 2) **Informatie over de door u benodigde dosis van het geneesmiddel**
- 3) **Hoe u best opgevolgd wordt als u dit geneesmiddel gebruikt**

1. INFORMATIE OVER DE MANIER WAAROP BIJWERKINGEN VOORKOMEN KUNNEN WORDEN

- **Uw arts zou u (en uw gezin of verzorgers) moeten uitleggen waarom u een gemiddelde of hoge dosis GC nodig hebt, en wat de risico's zijn.****
Daardoor zult u beter begrijpen hoe uw medicijn werkt en hoe het ervoor zorgt dat u zich beter voelt. Als u goed bent **geïnformeerd** over uw medicijn is de kans groter dat u het op de goede manier gebruikt.
- **Bespreek met uw arts hoe u bijwerkingen kunt verminderen of zelfs voorkomen. Uw arts zal u wellicht aanraden uw eetgewoonten te veranderen en regelmatig te bewegen of u vertellen hoe u letsel (snijwonden of andere verwondingen) moet verzorgen als u zich verwondt.***
Bekijk uw **eetgewoonten** en verhoog het calciumgehalte dat u binnenkrijgt door zuivelproducten en groene groentes in uw dieet op te nemen. Stop met roken en beperk het aantal alcoholhoudende consumpties omdat dat heel goed zal zijn voor uw botten en de conditie van uw hart. Door actief te blijven kunt u uw spieren en botten sterk en gezond houden.
Door het gebruik van GC kan het zijn dat **wonden** niet op de normale manier genezen. Het is belangrijk u daarvan bewust te zijn en eventuele wonden goed te verzorgen.
- **Uw arts zal u waarschijnlijk iets voorschrijven om het risico op osteoporose (botontkalking) te verminderen. Een behandeling met GC kan een risico op botontkalking namelijk veroorzaken of verhogen. ******
GC kunnen de **botdichtheid** verminderen en daardoor kunt u sneller iets breken. Uw arts schrijft u wellicht calcium, vitamine D of bisfosfonaten voor om dit te voorkomen.
- **Uw arts moet u verder adviseren over hoe u kunt omgaan met onderdrukking van de hypothalamus-hypofyse-bijnieras (hhb-as). Dit gebeurt**

wanneer de GC de normale relatie tussen die drie klieren in uw lichaam belemmeren.*

Sommige klieren in het lichaam maken van nature steroïden aan, en GC kunnen het **normale evenwicht** verstoren. Het is erg belangrijk dat u niet in één keer stopt met het medicijn, omdat dit tot gevolg kan hebben dat de klieren niet meer goed functioneren.

- **Uw arts moet u informeren over de beste manier om uw medicijn in te nemen .***

Dit kan hij of zij doen door middel van folders of links naar online hulp- en adviesprogramma's.

2. INFORMATIE OVER DE DOOR U BENODIGDE DOSIS VAN HET MEDICIJN

- **Uw arts moet onderzoeken of u nog andere aandoeningen hebt. Als dat het geval is, moet uw toestand goed in de gaten worden gehouden. ***

Sommige **andere aandoeningen** verhogen de kans op bijwerkingen. Verzeker u ervan dat uw arts ervan op de hoogte is als u suikerziekte, glucose-intolerantie, hartziekten, een maagzweer, terugkerende of frequente ontstekingen, een verzwakt immuunsysteem, botontkalking of glaucoom (opgelopen druk en vloeistof in het oog) hebt.

- **Als u voor het eerst GC gaat gebruiken, moet uw arts u laten beginnen met de laagste dosis die noodzakelijk is om uw ontsteking te verminderen en u beter te laten voelen.* Het is echter belangrijk dat de dosis niet te laag is omdat u er dan misschien geen baat bij hebt. ******

De **aanvangsdosis** is voor iedereen **verschillend**, afhankelijk van leeftijd, gewicht en de te behandelen aandoening. Het kan beter zijn om met een lage dosering te beginnen en die, indien nodig, geleidelijk te verhogen. Bijwerkingen komen vaker voor bij hogere doseringen.

- **Uw medicijngebruik moet goed gemonitord worden omdat het op een bepaald moment misschien niet meer nodig is dat u GC blijft gebruiken. De dosering zou gewijzigd kunnen worden afhankelijk van verbeteringen of verslechtingen in uw toestand en de mate van bijwerkingen die u ervaart. ******

Regelmatige controles zijn noodzakelijk om er zeker van te zijn dat het medicijn nog steeds goed voor u is en dat de dosis juist is.

3. HOE U OPGEVOLGD WORDT ALS U DIT GENEESMIDDEL GEBRUIKT.

- **U moet gecontroleerd worden op bijwerkingen.******

U en uw arts moet opletten op tekenen van **diabetes, hypertensie** (hoge bloeddruk) en **gewichtstoename**. U moet het uw arts ook laten weten als u last hebt van een ontsteking, breuk, spierzwakte of pijn in uw gewrichten die steeds erger wordt en zelfs

in rusttoestand hevig is. Oog- en huidproblemen, verwardheid of geheugenverlies kunnen ook bijwerkingen van dit medicijn zijn, dus laat het uw arts weten als u daar last van hebt.

Over het algemeen komen de aanbevelingen erop neer dat het belangrijk voor u en uw arts is om **samen te werken** om de best mogelijke resultaten van de behandeling te krijgen. Als u een reumatische aandoening hebt en GC neemt of als ze u voorgeschreven zijn, geven deze aanbevelingen u tips over wat u en uw arts moeten doen om het beste resultaat te bereiken met het minste risico op bijwerkingen.

Het is van belang dat u weet waarom u dit medicijn gebruikt en dat u duidelijk weet voor welke bijwerkingen u moet oppassen. U kunt wellicht sommige bijwerkingen minimaliseren door uw levensstijl te veranderen, zoals meer bewegen of het veranderen van uw eetgewoonten. Verzeker u ervan dat uw arts het weet als u ook aan andere aandoeningen lijdt, omdat deze door GC beïnvloed zouden kunnen worden.

Bespreek uw vragen of bezorgdheid over uw aandoening of medicatie met uw arts.

Januari 2016

Bron: Duru N, et al. *EULAR evidence-based and consensus-based recommendations on the management of medium to high-dose glucocorticoid therapy in rheumatic diseases*. *Ann Rheum Dis* 2013;72(12):1905-13. [doi:10.1136/annrheumdis-2013-203249](https://doi.org/10.1136/annrheumdis-2013-203249)

Noot: Deze informatie vervangt medisch advies niet. Raadpleeg uw arts wanneer u een medisch probleem hebt.