

Reumatische aandoeningen

• WAT IS REUMA • MEDICIJNEN BIJ REUMA • WAT KUNT U ZELF DOEN • WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN • ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK • INFORMATIE • MEDICIJNEN OP RECEPT



VRAAG OVER UW MEDICIJNEN? WWW.APOTHEEK.NL

REUMATISCHE AANDOENINGEN

Iedereen kan reuma krijgen: jong en oud, mannen en vrouwen. Eén op de vijf Nederlanders heeft één of meer vormen van reuma. De precieze oorzaak van de meeste vormen van reuma is nog niet bekend. Reuma is daardoor nog niet te genezen, maar vaak wel te behandelen met medicijnen, ergotherapie en fysiotherapie.

WAT IS REUMA

Reuma is een verzamelnaam voor meer dan honderd verschillende ziekten van het bewegingsapparaat: gewrichten, spieren, pezen en gewrichtsbanden. Mensen met een reumatische aandoening hebben vaak veel pijn en last van stijfheid door ontstekingen en/of overbelasting.

Reumatische ziekten zijn grofweg in te delen in drie groepen: ontstekingsreuma, artrose en wekedelenreuma.

ONTSTEKINGSREUMA

Dit zijn reumatische aandoeningen met langdurige gewrichtsontstekingen. Een van de meest voorkomende vormen is reumatoïde artritis. Bij deze ziekte ontstaan ontstekingen doordat het afweersysteem van het lichaam is ontregeld. Ook andere vormen van ontstekingsreuma zijn het gevolg van een ontregeling van het afweersysteem: de ziekte van Bechterew, jeugdreuma en artritis psoriatica.

Acute reuma, reactieve artritis en de ziekte van Lyme zijn vormen van ontstekingsreuma die worden veroorzaakt door een bacterie. Jicht is een vorm van ontstekingsreuma die wordt veroorzaakt door afzetting van urinezuur in het gewricht. Pseudo-jicht (chondrocalcinosis) is het gevolg van de afzetting van kalkkristallen in het gewricht.

Bij sommige vormen van ontstekingsreuma komen de ontstekingen niet alleen voor in de gewrichten, maar bijvoorbeeld ook in de nieren, slijmvliezen, longen en het hart. Men noemt dit systeemziekten. Enkele systeemziekten zijn lupus erythematoses, sclerodermie en het syndroom van Sjögren. Er zijn aanwijzingen dat ook bij deze ziekten een verstoring van het immuunsysteem een belangrijke rol speelt. Jicht en lupus erythematoses kunnen ook optreden als bijwerking van bepaalde geneesmiddelen.

WEKEDLENREUMA

Dit type reuma tast niet de gewrichten aan, maar de omliggende weefsels, zoals gewrichtskapsels, spieren, gewrichtsbanden, pezen, slijmbeurzen en tussenwervelschijven. Bekende vormen zijn fibromyalgie en tendinitis (peesontsteking). Fibromyalgie gaat gepaard met langdurige pijn in spieren, peesaanhechtingen en gewrichtsbanden. Hierbij zijn de weefsels niet ontstoken, maar overbelast.

ARTROSE

Bij deze aandoening wordt het kraakbeen in de gewrichten slechter van kwaliteit. Op den duur kan het zelfs verdwijnen. Het is geen ontstekingsziekte.

Artrose komt vooral voor in de gewrichten van de handen, knieën en heupen. Factoren die een rol spelen bij het ontstaan, zijn aanleg, erfelijkheid, zware belasting van gewrichten (werk en sport), botbreuken, sportblessures en andere aandoeningen van de gewrichten, zoals reumatoïde artritis en pseudo-jicht.

MEDICIJNEN BIJ REUMA

Reuma is niet één ziekte, maar een verzamelnaam voor vele verschillende ziekten met verschillende oorzaken en gevolgen. Daarom worden er ook veel verschillende middelen voorgeschreven bij reuma.

- *Paracetamol* is een pijnstiller die de pijn tijdelijk kan verminderen. Hierdoor kan men pijnlijke gewrichten beter bewegen.
- NSAID's zijn pijnstillers die bij gewrichtsontsteking veel worden gebruikt. Ze werken niet alleen tegen de pijn, maar ook tegen de zwelling. Let op: een aantal NSAID's is

ook (als pijnstiller) zonder recept te koop bij apotheek en drogisterij. Als u ze gebruikt samen met een NSAID dat uw arts heeft voorgeschreven, wordt de werking niet beter, maar neemt wel de kans op bijwerkingen toe.

- DMARD's (disease modifying antirheumatic drugs) zijn de belangrijkste en effectiefste medicijnen bij reuma. Het zijn langwerkende ontstekingsremmers. Ze verminderen de pijn, verbeteren het functioneren en helpen schade aan de gewrichten te voorkomen. Sommige middelen uit deze groep werken op het immuunsysteem. Van andere is het niet precies bekend hoe ze werken. *Methotrexaat* is een bekend middel uit deze groep. Meestal schrijft de arts dit medicijn als eerste voor. Het duurt een paar weken voordat de werking van een DMARD merkbaar is. Als *methotrexaat* niet goed genoeg werkt bij u, dan zal uw arts een andere DMARD erbij voorschrijven.
- Corticosteroïden remmen de ontsteking in het gewricht snel. Ze worden vaak als injectie in de eerste weken van de behandeling met een DMARD voorgeschreven.
- Antibiotica worden gebruikt als de ontstekingsreuma het gevolg is van een infectie met een bacterie. Bij de ziekte van Lyme worden bijvoorbeeld *amoxicilline* en *doxycycline* toegepast.
- *Colchicine* werkt tegen aanvallen van jicht en pseudo-jicht. Het wordt voorgeschreven als NSAID's niet goed genoeg helpen.
- *Allopurinol* en *benzbromaron* kunnen de hoeveelheid urinezuur in het bloed verminderen. Ze kunnen worden gebruikt als jichtaanvallen regelmatig terugkomen.
- *Pilocarpine* wordt voorgeschreven bij het syndroom van Sjögren om de productie van speeksel te stimuleren. Bij deze aandoening wordt ook kunstspeeksel toegepast, evenals oogdruppels, oogzalf of ooggel met kunstmatig traanvocht.
- Middelen tegen depressie, slaapmiddelen, pijnstillers en spierontspanners worden soms voorgeschreven bij fibromyalgie.

WAT KUNT U ZELF DOEN

Wat u zelf kunt doen, hangt af van de soort reuma waar u last van heeft. Enkele tips die voor de meeste reumapatiënten gelden, zijn:

- het is beter rustig in beweging te blijven dan de aangedane gewrichten helemaal te ontzien. Zorg voor afwisseling tussen verschillende houdingen en activiteiten;
- overgewicht kan voor uw gewrichten een grote belasting betekenen. Probeer af te vallen wanneer u te zwaar bent;
- bij veel vormen van reuma is vermoeidheid een belangrijke klacht. Bent u gauw moe, maak dan gebruik van uw goede dagen en ontzie uzelf op de dagen dat u veel last heeft. Neem regelmatig rust

WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN

Uw apotheker is gespecialiseerd in medicijnen. Met alle vragen over uw medicijnen en hulpmiddelen kunt u bij de apotheker terecht.

ZORGVULDIGHEID VOOR ALLES

Bij de apotheek haalt u uw medicijnen. Degene die u helpt, bekijkt het recept van de arts zorgvuldig en gaat verschillende dingen na. Bijvoorbeeld of de dosering klopt en of u geen problemen krijgt als u dit medicijn gebruikt in combinatie met andere medicijnen.

De gegevens over uw medicijnen houdt uw apotheek zorgvuldig bij in de computer. Bent u in het weekend of tijdens de vakantie een keer naar een andere apotheek geweest? Geef dan naderhand door aan uw eigen apotheek welke middelen u heeft gehaald. Dan zetten ze ook die gegevens in de computer. Zo kan uw apotheker u goed blijven adviseren.

INFORMATIE OVER UW MEDICIJNEN

- Hoe moet u uw medicijnen innemen? Hoe werken ze? Wat zijn de bijwerkingen? Soms is de informatie op het etiket en in de bijsluiter niet duidelijk genoeg. Heeft u vragen over uw medicijnen, dan kunt u altijd bij uw apotheek terecht. Als blijkt dat er iets aan uw medicijngebruik moet veranderen, kan uw apotheker met uw arts overleggen.
- Heet u het idee dat uw medicijn bij u een bijwerking veroorzaakt? Blijf er dan niet mee doorlopen, maar overleg met uw arts of apotheker.
- Het is belangrijk uw medicijnen niet te vergeten. Heeft u daar moeite mee, vraag dan bij uw apotheek naar een medicatieschema of een doseerdoos.
- Als het nodig is, maakt uw apotheek medicijnen op maat, bijvoorbeeld een drankje voor iemand die moeilijk kan slikken of een capsule in een aangepaste dosering voor een kind.
- *Methotrexaat* wordt voorgeschreven bij bepaalde vormen van reuma. Bij het gebruik van injecties is het belangrijk te weten wat u moet doen als u per ongeluk wat morst of wat u moet doen met restanten. De apotheek heeft voor u informatie over hoe u met deze medicijnen moet omgaan.
- De apotheek heeft voor u een Geneesmiddelenpaspoort waarin uw geneesmiddelen kunnen worden genoteerd. Ook handig als overzicht, bijvoorbeeld voor de apotheek op uw vakantiebestemming.

HULPMIDDELEN

Als het openmaken van uw medicijnverpakking u moeilijk valt, kunt u in de apotheek advies krijgen over hulpmiddelen daarvoor. Zo zijn er een tablettenuitdrukker en een tablettenflacon met een speciale dop. Verder zijn er een tablettensplijter, een medicijndoseerdoos voor mensen met reuma en een hulpmiddel voor het gebruik van oogdruppels.

ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK

Als u problemen ervaart die hebben te maken met de werking en de bijwerkingen van uw geneesmiddelen, denkt uw apotheek graag met u mee over mogelijke oplossingen. Uw apotheker neemt graag de tijd om in een persoonlijk gesprek antwoord op uw vragen te geven. Dat kan in de apotheek, maar ook bij u thuis.

INFORMATIE

www.apotheek.nl is de website van de Nederlandse apotheken. Hier vindt u informatie over medicijnen die bij reumatische aandoeningen worden toegepast.

Ook kunt u informatie krijgen bij

- Reumapatiëntenbond, tel.nr. 033 – 461 63 64, www.reumabond.nl
- Reumafonds, tel.nr. 020 – 589 64 64, www.reumafonds.nl
- Reumalijn, maandag tot en met vrijdag van 10.00-14.00 uur: tel.nr. 0900 – 20 30 300 (lokaal tarief)

Belangrijk

- Bij uw eigen apotheek bent u aan het juiste adres als u vragen heeft over uw medicijnen. Uw eigen apotheker kent uw situatie en kan in de computer nakijken welke medicijnen u nu gebruikt en wat u in het verleden heeft gebruikt.
- Er is ruimte voor een persoonlijk gesprek in de apotheek, maar ook bij u thuis of telefonisch: het telefoonnummer van uw apotheek staat op het etiket van uw medicijn.
- Er zijn verschillende hulpmiddelen voor het openmaken en toedienen van uw medicijnen.
- Uw apotheek heeft folders en brochures over onderwerpen die met reuma hebben te maken en kan u ook helpen aan adressen, bijvoorbeeld van patiëntenverenigingen.
- De apotheek kan uw medicijnen thuisbezorgen. Als u vragen heeft over de afgeleverde middelen, kunt u altijd uw apotheek bellen.
- Voor zieke kinderen, bijvoorbeeld met jeugdreuma, en hun familie bestaat de mogelijkheid een aangepaste vakantie te vieren in het Colombinehuis in Biddinghuizen. Het Colombinehuis wordt gesteund door de Nederlandse apothekers. Vraag in uw apotheek naar de mogelijkheden.
- Breng restanten van oude geneesmiddelen terug naar de apotheek of lever ze in bij het Chemodepot van de gemeente.

LET OP!

Als u een medicijn tegen reumatische aandoeningen gebruikt, kunt u de naam van de werkzame stof in de bijsluiters vinden. U kunt er ook naar vragen in de apotheek. Op www.apotheek.nl kunt u alle merknamen vinden die bij een werkzame stof horen.

Vraag over uw medicijnen? www.apotheek.nl

Herzien april 2012.

