Bisfosfonaat - behandeling bij botontkalking

Osteoporose (botontkalking) kan in de meeste gevallen behandeld worden met een bisfosfonaat. Een bisfosfonaat heeft invloed op de sterkte van het bot met als doel het voorkomen van botbreuken. Om dit medicijn goed te kunnen gebruiken, is het belangrijk om een aantal zaken erover te weten.

Meer over bisfosfonaten

Bisfosfonaten remmen de botafbraak, waardoor de botkwaliteit versterkt. Er komt weer een gezonde balans tussen botaanmaak en botafbraak. Onderzoek toont aan dat bij behandeling van bisfosfonaten de kans op een volgende fractuur met 50% afneemt.

Hieronder leest u meer over de behandeling met bisfosfonaten.

Bisfosfonaten kunnen op verschillende manieren worden toegediend:

- via tabletten (oraal);
- via een drank;
- via prikken (injecties); of
- via een infuus.

Bij een heupfractuur adviseren wij een behandeling via een infuus. U krijgt hiervoor:

- als u jonger bent dan 70 jaar: een verwijzing naar de internist of reumatoloog
- als u ouder bent dan 70 jaar: een verwijzing naar de geriater.

Bij de behandeling van wervelbreuken, ook wel wervelinzakkingen genoemd, hebben verschillende factoren invloed op welke behandeling wordt gekozen. Er zijn twee soorten behandeling mogelijk:

1. Met een medicijn die uw botafbraak remt (een bisfosfonaat);
2. Een medicijn die uw bot vormt.

Uw verpleegkundige bespreekt met u welke behandeling voor uw situatie geschikt is. Als het nodig is, wordt u hiervoor doorgestuurd naar een internist of reumatoloog.

Heeft u een andere fractuur dan een heup of wervel? Dan is de eerste keuze voor behandeling om een tabletten in te nemen die uw botafbraak remmen (bisfosfonaat).

Voorbereiding

Een specifieke voorbereiding is bij deze behandeling niet nodig.

Gebitsproblemen?

Heeft u gebitsproblemen en/of bent u onder behandeling bij een kaakchirurg? Meld dit bij ons dan voordat u start met deze medicijnen. Dit is belangrijk.

Behandeling

Hieronder leest u meer over de soorten behandelingen, de duur van deze behandelingen en hoe u de bisfosfonaten (en supplementen) moet gebruiken.

Gebruik van een bisfosfonaat via tabletten

U hoeft de bisfosfonaten slechts 1 keer per week in te nemen. Om te zorgen dat u het medicijn goed opneemt, neemt u het medicijn in voordat u gaat ontbijten, op een nuchtere maag. Neem het medicijn met een ruime hoeveelheid (niet bruisend) water in.

Na het innemen van de bisfosfonaten moet u minimaal 30 minuten wachten voordat u andere medicijnen, eten of drinken inneemt. Om eventuele irritatie aan de slokdarm te voorkomen, adviseren we om het halfuur na het innemen van de bisfosfonaten **niet** te gaan liggen of te bukken.

Over het algemeen kunt u bisfosfonaten in combinatie met bijna alle geneesmiddelen gebruiken. We raden u wel aan om dit met uw behandelend arts te bespreken. Vertel ook uw huisarts, tandarts en eventuele andere specialisten altijd welke geneesmiddelen u gebruikt.

Als blijkt dat u de tabletten niet goed verdraagt of in het verleden ernstige slokdarm- of maagklachten hebt gehad, dan kiezen we er samen met u voor om de bisfosfonaat in te nemen via drank, prikken of een infuus.

Duur van de behandeling

Verder is het belangrijk dat u de tabletten minimaal 5 jaar inneemt, zodat de behandeling u zo goed mogelijk kan helpen. Wij raden u af om de tabletten langer dan 5 jaar te gebruiken. Alleen in uitzonderlijke gevallen wordt hier voor gekozen en kan de behandelingen worden verlengd met maximaal 5 jaar. De kans op bijwerkingen neemt dan wel toe.

Na 5 jaar evalueert u samen met uw huisarts wat het effect van deze behandeling is aan de hand van een botdichtheidsmeting (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5506) (dexa-scan). Als u tijdens de behandeling van een bisfosfonaat toch een bot breekt, neem dan contact op met uw huisarts om de effectiviteit van de behandeling te beoordelen.

Gebruik van een bisfosfonaat via een infuus

Een bisfosfonaat via een infuus wordt alleen gegeven op advies van de specialist. In principe krijgt u 1 keer per jaar via een infuus de bisfosfonaat toegediend. De eerste keer krijgt u deze toediening in het ziekenhuis. Als deze toediening goed verloopt, krijgt u de tweede toediening thuis. Een speciaal team komt dit bij u doen. Dit regelt de specialist.

Duur van de behandeling

De behandeling van een bisfosfonaat via een infuus duurt maximaal 3 jaar. Na deze 3 jaar kijken wij opnieuw of u het medicijn moet blijven gebruiken of niet. Hiervoor krijgt u een botdichtheidsmeting (botdic) (dexa-scan).

Supplementen

De behandelend (verpleegkundig) specialist zal u meestal adviseren om calciumtabletten (kalk) en/of vitamine D tabletten te gebruiken. Hierbij adviseren wij u om deze u hele leven te blijven gebruiken. Volg deze adviezen goed op, want zo voorkomt u problemen door een te laag calcium (kalk)gehalte in uw bloed tijdens de behandeling.

Uitleg medicatie

Bisfosfonaten via tabletten

O Alendroninezuur 70 mg; of
O Risendronaat 35 mg

- Tablet 1 keer per week innemen, op een vaste ochtend in de week.
- Tablet innemen op een lege maag (nuchter).
- Tablet heel doorslikken met een groot glas water.
- De eerste 30 minuten na het innemen van de tablet **niet** plat gaan liggen en/of bukken.
- Pas na 30 minuten na het innemen van de tablet weer eten, drinken en andere medicatie innemen.

- U kunt de medicatie bijbestellen via een herhalingsrecept dat u aanvraagt bij uw huisarts.
- U blijft de medicatie 5 jaar gebruiken.
- Na 5 jaar bepaalt u met uw huisarts opnieuw uw medicatiebeleid.
- Bij een nieuwe botbreuk komt u terug naar de fractuur-osteoporose poli.

Bisfosfonaten via een infuus

O Zoledroninezuur

- U krijgt een verwijzing naar de poli 'Interne Geneeskunde' (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/352) of de poli 'Geriatrie'.
- De eerste keer krijgt u het infuus in het ziekenhuis. Daarna krijgt u het infuus thuis toegediend door een gespecialiseerd team.
- Elk jaar komt u terug bij uw specialist voor controle en om uw medicatiebeleid te bespreken.

Supplementen

O Calcium en/of Vitamine D3

- Wij adviseren u om de supplementen 's avonds voor het slapen in te nemen.
- Hoeveel supplementen u in moet nemen, hoort u van uw verpleegkundige of specialist. Dit verschilt per patiënt.
- U gebruikt deze supplementen de rest van uw leven.

Let op: de zorgverzekering vergoedt deze supplementen niet meer. Daarom raden wij u aan om deze bij een drogisterij te halen.

Nazorg

Hieronder leest u meer over mogelijke bijwerkingen, een gezonde levensstijl, uw controleafspraak en advies over mondzorg.

Bijwerkingen

Als u een medicijn in tabletvorm of drankvorm krijgt, krijgt u via de apotheker altijd een bijsluiter mee. Lees deze goed door. U vindt hierin een uitgebreid overzicht van mogelijke bijwerkingen die u kunt krijgen. Sommige bijwerkingen komen heel vaak voor, maar andere heel zelden.

Het kan ook voorkomen dat het lichaam moet wennen aan dit medicijn. Hierdoor kan zo zijn dat u bij de eerste innames lichte bijwerkingen heeft en dat deze klachten na een aantal weken afnemen en weer verdwijnen. Ook kunt u helemaal geen bijwerkingen hebben.

Mogelijke bijwerkingen die kunnen optreden, zijn:

- milde griepverschijnselen, zoals spier- en gewrichtspijn;
- hoofdpijn;
- duizeligheid;
- buikpijn;
- misselijkheid en/of zuurbranden;
- ontsteking aan de slokdarm, maag of eerste deel van de dunne darm.

Als u overgevoelig bent voor een bisfosfonaat kunt u een allergische reactie krijgen. Denk hierbij aan huiduitslag, koorts of benauwdheid. Neem in dit geval dan zo snel mogelijk contact op met u huisarts.

Een bijwerking die zelden voorkomt, is osteonecrose van de kaak (beschadiging van kaakbot door verminderde doorbloeding). Meld bij u tandarts dat u een bisfosfonaat gebruikt en zorg voor een goede mondhygiëne.

Niet zomaar stoppen met medicatie

Stop nooit zomaar met de medicatie, overleg altijd eerst met de huisarts! Deze kan u een alternatief middel voorschrijven of u doorverwijzen naar een specialist in het ziekenhuis.

Behandeling met medicijnen in combinatie met leefstijladviezen (beweging/voeding) is alleen effectief als u deze ook echt volhoudt. Goed bewegen en een gezonde voeding zijn aandachtspunten voor de rest van uw leven. Dat is voor veel mensen lastig, zeker als er geen directe klachten zijn. Maar het is absoluut de moeite waard om ook op latere leeftijd gezond door het leven te kunnen gaan.

Controle afspraak

Na 3 maanden heeft u een telefonische afspraak met ons. Tijdens deze afspraak kunt u uw vragen stellen, bespreken we hoe het gebruik van de bisfosfonaten gaat en de leefstijladviezen. Na dit gesprek wordt u voor eventuele zorg terugverwezen naar de huisarts.

Afhankelijk van de medicijnkeuze is het mogelijk dat u na 3 of 5 jaar een botdichtheidsmeting (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/5506)heeft. Dit wordt met u besproken.

Mondzorg

Tot slot adviseren wij om uw mond goed schoon te houden en 2 keer per jaar uw tanden te laten controleren bij uw tandarts. Als u een ingreep heeft in uw mond, is het belangrijk dat u **altijd** vermeld dat u medicijnen gebruikt tegen de botontkalking.

Goed voorbereid met Mijn Antonius

In ons ziekenhuis werken we met het patiëntportaal Mijn Antonius. Log voor uw afspraak in op Mijn Antonius met DigiD om de informatie te bekijken die voor u klaarstaat, zoals uw afspraakgegevens, vragenlijsten of andere belangrijke informatie. Zo bent u goed voorbereid op uw afspraak.

Afzeggen

Komt u in aanmerking voor een behandeling met een infuus en bent u verhinderd? Laat het ons dan zo snel mogelijk weten. Neem hiervoor telefonisch contact op met de afdeling waar de behandeling plaatsvindt.

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Meer informatie

Heeft u nog vragen? Neem dan contact op met de polikliniek Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/216). U kunt ook e-mailen: osteoporose-verpleegkundige@antoniusziekenhuis.nl (mailto:osteoporose-verpleegkundige@antoniusziekenhuis.nl)

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Osteoporose (botontkalking) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/osteoporose-botontkalking)
- Fractuur- en osteoporose spreekuur (https://www.antoniusziekenhuis.nl/fractuur-en-osteoporose-spreekuur)
- Osteopenie (verlaagde botmineraaldichtheid) (https://www.antoniusziekenhuis.nl/osteopenie-verlaagde-botmineraaldichtheid)

Behandelingen & onderzoeken

- Behandeling bij osteoporose (botontkalking) na een gebroken heup (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/behandeling-bij-osteoporose-botontkalking-na-een-gebroken-heup)

Specialismen

- Chirurgie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/chirurgie)

Contact Chirurgie **T 088 320 19 00**