

GLUCOCORTICOÏDEN (Corticosteroïden)

(Methylprednisolon - Medrol®) (Prednison / Prednisolon) (Triamcinolon – Albicort® & Kenacort®)

Wat zijn glucocorticoïden en hoe werken ze?

Glucocorticoïden (GC), in de volksmond ook cortisonen genoemd, zijn snelwerkende medicijnen die **ontstekingsreacties remmen en het afweersysteem remmen**.

Glucocorticoïden zijn hormonen die van nature worden aangemaakt in het lichaam, in de bijnieren, in de vorm van hydrocortison. Ze zijn **noodzakelijk** voor de normale werking van het lichaam.

In deze brochure bespreken we de GC die in een laboratorium gemaakt zijn. Ze worden gebruikt bij de behandeling van **ontstekingsreuma's** zoals bij voorbeeld reumatoïde artritis (RA), systemische lupus erythematosus (SLE / lupus), vasculitis en andere vormen van artritis en systeemziekten.

Ze hebben een **snel en sterk ontstekingsremmend effect** en verminderen de zwelling en pijn in gewrichten en andere organen. Ze genezen de ziekte niet, maar remmen de schade af die als gevolg van de ziekte veroorzaakt wordt. Cortisone wordt niet gebruikt als pijnstiller op zich, maar wel tegen ontstekingen die de oorzaak zijn van de pijn.

Glucocorticoïden werken meestal **binnen de week** na de eerste inname.

Waarvoor wordt glucocorticoïden gebruikt?



Je arts schrijft glucocorticoïden voor als je een **auto-immuunaandoening** hebt zoals reumatoïde artritis, systemische lupus erythematosus (SLE), (dermato-)polymyositis, systemische sclerose of vasculitis en andere vormen van artritis en systeemziekten.

De meeste reumaremmende medicijnen werken pas na ongeveer 6 weken. Daarom worden GC, nadat een reumatische aandoening pas werd vastgesteld, vaak als **overbruggingstherapie** samen met de reumaremmers opgestart.

GC worden niet enkel ingezet bij de opstart van een behandeling met reumaremmers. Ook wanneer de ziekte af en toe opflakkert voegt men vaak GC kortstondig toe om de opflakking de kop in te drukken. Soms zal je arts hier opteren voor wat hij een 'pulstherapie' noemt. Dit houdt in dat via injectie een hogere dosis in de bloedbaan wordt ingespoten. Dit kan éénmalig zijn of zo nu en dan herhaald worden, afhankelijk van de ernst van je aandoening en je reactie op het medicijn. Het voordeel van deze hogere doseringen bij opflakkingen is dat ze de ontstekingsremmende voordelen van GC opwekken, maar veel minder de nadelige bijwerkingen.

Hoe moet ik glucocorticoïden gebruiken?

Er wordt veel nadruk gelegd op het juist en veilig gebruik van glucocorticoïden. Ze worden best gebruikt gedurende een zo kort mogelijke periode, en in functie van de noden van de patiënt. De behandelingsduur is dus vaak verschillend. De sterkte van cortisone wordt klassiek uitgedrukt in mg prednison zodat men altijd eenzelfde vergelijkingspunt heeft.



GC krijg je meestal in de vorm van **tabletten** en soms als **druppels**. Je kunt ze ook via een **injectie** in een spier of via een **infuus** toegediend krijgen. De dosis is afhankelijk van je aandoening en de ziekteactiviteit. Je arts bespreekt met jou welke dosis voor jou van toepassing is.

Je neemt de tabletten bij voorkeur 1 x per dag 's morgens in. Zo volg je het natuurlijke ritme van de productie van je lichaamseigen cortisol. Voor sommige tabletten kan je de mogelijk slechte smaak verdoezelen door ze in te nemen met wat yoghurt of confituur.

Als je een pillendoosje gebruikt, kan je de medicatie uit de verpakking halen en de pillen in het doosje bewaren voor de week die er op volgt. Dit heeft geen invloed op de werking.



Als je aandoening rustig is, zal je arts samen met jou bespreken om de dosering geleidelijk te verlagen en als het kan zelfs te stoppen. **Stop nooit op eigen houtje, maar overleg altijd met je arts.**



Wat zijn de voordelen van het gebruik van glucocorticoïden?

Glucocorticoïden werken snel. Binnen een paar dagen zal je merken dat de pijn en stijfheid is verbeterd en/of je gewrichten minder gezwollen zijn.

Mag ik glucocorticoïden gebruiken in combinatie met andere medicijnen?



Je krijgt GC vaak voorgeschreven in combinatie met andere medicijnen tegen je reumatische aandoening. Medicijnen die je gebruikt voor andere aandoeningen kan je vrijwel altijd **zonder problemen** met prednison samen gebruiken.

Gelijktijdig gebruik van bepaalde medicijnen met prednison kan de bijwerkingen en/of de werking van GC beïnvloeden. Vertel je zorgverleners ook over alle andere geneesmiddelen die je neemt of wanneer er iets wijzigt in je gebruik. Dit geldt ook voor kruiden of geneesmiddelen op basis van planten.

Zijn er mogelijke risico's of bijwerkingen aan glucocorticoïden?



Zoals bij de meeste medicijnen, kan het gebruik van glucocorticoïden voor bijwerkingen zorgen. Sommigen komen vaak voor, anderen zeer zelden en niet iedereen krijgt bijwerkingen. In de bijsluiter vind je een uitgebreid overzicht.


Het gebruik van GC in een **lage dosis**, gedurende enkele dagen of zelfs een paar weken, veroorzaakt normaal geen ongewenste bijwerkingen.

Als GC worden ingenomen in **hoge doses of voor een lange tijd** kunnen bepaalde bijwerkingen voorkomen. Sommige hiervan verbeteren wanneer het gebruik van GC wordt gestopt. Velen kunnen beperkt worden door de laagste effectieve dosis te geven in de kortst mogelijke tijd. De effecten kunnen ook worden geminimaliseerd door het geneesmiddel in de gewrichten of in een spier te injecteren.

Als je je **zorgen** maakt over mogelijke bijwerkingen, vertel het dan aan je arts. Een verlaging van de dosis kan de bijwerkingen verminderen, zodat je de behandeling kunt voortzetten.


Hieronder lees je welke de meest voorkomende bijwerkingen zijn:

Gewichtstoename: tijdens gebruik van GC kan je lichaam meer vocht vast vasthouden. Dit verdwijnt bij verlaging of bij het stoppen met GC. Daarnaast bevorderen GC de eetlust. Probeer hier niet te veel aan toe te geven. Wat je aankomt door het extra eten ben je niet zomaar kwijt na verlaging van de dosis of wanneer je stopt met GC. Probeer je hongergevoel te stillen via gespreide en kleine voedselinnames. Daarnaast is voldoende beweging belangrijk, als je pijngevoel het toelaat.


 **Andere vetverdeling:** je gezicht en je romp kunnen dikker worden als je GC langdurig gebruikt. Dit wordt veroorzaakt door een andere verdeling van je lichaamsvet. Bij een verlaging van de dosis of bij het stoppen met GC verdwijnt dit weer.


 **Maagklachten**


 **Hogere bloeddruk**


 **Huidklachten:** je kan een gladde, dunnere huid krijgen of meer kans op blauwe plekken. Dit is vooral bij langdurig gebruik.

 **Botontkalking:** Meestal krijg je medicijnen om dit te voorkómen.

 **Stemmingsveranderingen:** soms wordt je stemming veel beter, soms ook juist slechter met somberheid en slaapproblemen. Krijg je hier last van, of heb je in het verleden last gehad van somberheid of slaapproblemen, dan is het belangrijk om dit met je arts te bespreken.

 **Diabetes mellitus (suikerziekte):** als je diabetes hebt, kunnen je suikerwaarden hoger worden. Als je aanleg hebt voor diabetes kan deze voor het eerst optreden tijdens het gebruik van GC. Daarom worden je suikerwaarden regelmatig gecontroleerd. Soms is het nodig dat je diabetesmedicatie wordt aangepast.

 **Oogklachten:** soms ontstaat een verhoogde oogdruk (glaucoom) of is er een versneld optreden van staar (cataract).

 **Allergische reacties:** wanneer je overgevoelig bent voor GC kan je een allergische reactie krijgen. Dit komt zelden voor. Denk aan (nieuwe) huidafwijkingen, koorts of benauwdheid. Neem dan zo snel mogelijk contact op met je huisarts of reumaverpleegkundige.



GC hebben een **negatief imago**; de lange lijst aan bijwerkingen helpt daar niet aan. Toch zijn GC belangrijke medicijnen in de behandeling van reumatische aandoeningen. Weiger ze niet op basis van ongefundeerde geruchten.

Zijn er nog dingen die ik moet weten over glucocorticoïden?

Stop nooit plots met glucocorticoïden



GC maakt je lichaam zelf in een lage hoeveelheid aan in de bijniere. Door het gebruik van GC gaan de bijniere er zelf minder aanmaken. Soms stoppen de bijniere hier zelfs helemaal mee. Je lichaam is daardoor afhankelijk van de ingenomen GC. **Daarom mag je nooit plotseling stoppen met GC of de dosis (fors) verlagen.** Dit kan gezondheidsklachten geven zoals:

-  overmatige moeheid
-  misselijkheid en braken
-  spier- en gewrichtspijn
-  daling van de bloeddruk

Verander nooit de dosis zonder toestemming van je arts. Je arts zal de dosis GC geleidelijk verlagen volgens een **afbouwschema**. Hierdoor krijgen je bijniere de kans om zelf weer actief te worden en lichaamseigen GC aan te maken (hydrocortison). Soms kan je arts een tijdelijke behandeling met hydrocortison aanbevelen totdat je bijniere hun normaal functieniveau hebben bereikt.

Alcohol

Je kan (matig) alcohol gebruiken tijdens de behandeling met GC.



Reizen en bewaring



Bewaar de tabletten altijd in de originele verpakking, op kamertemperatuur en niet boven de 30°C. Als je op reis gaat, neem dan je glucocorticoïden mee in je handbagage en bewaar ze zoals thuis. Bij reizen naar het buitenland kan je best aan je apotheker of reumatoloog vragen om een lijst van je medicatie op te stellen. Dit attest vermeldt: de naam van de medicatie, de correcte dosering/gebruik, naam, handtekening en stempel van je arts/apotheker, eventueel de naam, adres en telefoonnummer van je ziekenhuis en de datum waarop het attest is opgemaakt. Vraag je arts/apotheker om het attest bij voorkeur in het Engels op te stellen.

Vaccinaties



Bij de start van je behandeling met glucocorticoïden zal je arts je waarschijnlijk een jaarlijks griepvaccin en een pneumokokken vaccin aanraden omdat je kwetsbaarder bent voor infecties.

Heb je andere vaccinaties nodig omdat je naar verre landen wil reizen, overleg dan met je arts. Sommige vaccins werken minder goed tijdens het gebruik van GC. Eventueel moet je dan (tijdelijk) stoppen met je medicatie. Het is verstandig om dit ruim op tijd te regelen om te vermijden dat je niet naar bepaalde landen kan afreizen.

Bij matige of hoge doseringen, worden sommige vaccins die levende verzwakte virussen bevatten niet aanbevolen. Indien nodig (en indien mogelijk) worden deze vaccins gegeven vóór de start van de behandeling.



Vruchtbaarheid bij vrouwen, zwangerschap en borstvoeding

GC mag je tijdens je zwangerschap en het geven van borstvoeding gebruiken. Het is wel mogelijk dat je arts de dosering aanpast.

Vruchtbaarheid bij mannen



In hogere doseringen en bij langdurig gebruik, kunnen GC de vruchtbaarheid beïnvloeden. Overleg met je arts wanneer je een kindwens hebt.

Waar kan ik terecht met mijn vragen over glucocorticoïden?

Als je je zorgen maakt, neem dan zeker contact op met je arts of met de reumaverpleegkundige. Ook je apotheker kan je vragen beantwoorden.



Wil je meer informatie over je eigen aandoening, andere medicijnen of nog uitgebreidere informatie over GC, dan kan je terecht op de website van ReumaNet. Er zijn veel brochures die je gratis kan downloaden of aanvragen.

www.reumanet.be of info@reumanet.be

Deze brochure is tot stand gekomen in samenwerking met de KBVR (Koninklijke Belgische vereniging voor Reumatologie) en met steun van het FWRO (Fonds voor Wetenschappelijk Reuma Onderzoek). De officiële bijsluiter werd als basis gebruikt voor deze brochure, net als de brochures van ReumaNederland, Arthritis Australia, Andar France en the American College of Rheumatology. Dank aan Dr P. Volders (ReumaClinic Genk) en Prof.Dr. B. Lauwerys (UCL), aan de reumaverpleegkundigen en aan de patiënt experts van ReumaNet en CLAIR voor het nalezen en feedback.

