

# Bisfosfonaten

(Alendroninezuur of Alendronaat: Fosamax® of generisch Alendronate van EG, Mylan, Sandoz, Teva) , (Risedroninezuur of Risedronaat: Actonel® of generisch Risedronate van EG, Sandoz) , (Ibandronaat: Bonviva® of generisch Ibandronate van EG, Mylan, Sandoz, Apotex) , (Zoledroninezuur of Aclasta®)

## Wat zijn bisfosfonaten en hoe werken ze?

Bisfosfonaten zijn medicijnen die je arts voorschrijft als je osteoporose (botontkalking) hebt of om te voorkomen dat je osteoporose krijgt als je een verhoogd risico hebt. Er zijn verschillende medicijnen die tot deze groep behoren.

Het bot is een levend weefsel dat gedurende ons hele leven wordt vernieuwd. Sommige cellen (osteoclasten) breken bot af, andere cellen (osteoblasten) vormen nieuw bot. Deze afbraak en opbouw gebeurt in het algemeen op een evenwichtige manier. Wanneer we ouder worden raakt deze cyclus soms uit balans en wordt het bot sneller afgebroken dan dat het wordt vervangen. Dit onevenwicht verandert de structuur van het bot waardoor het minder stevig wordt. Dit is osteoporose.

Bisfosfonaten verstoren de werking van de cellen die het bot afbreken en hierdoor verbetert de botdichtheid. Het bot wordt sterker en op deze manier neemt de kans op een botbreuk af.

## Waarvoor worden bisfosfonaten gebruikt?



Je arts schrijft bisfosfonaten voor als je osteoporose (botontkalking) hebt, een verhoogd risico hebt op osteoporose of als je de ziekte van Paget hebt (lokale botaandoening). Mensen die langdurig glucocorticoiden (cortisone, prednisolone) nemen, krijgen ook bisfosfonaten voorgeschreven. Zo verlaag je het risico op osteoporose.

## Hoe moet ik bisfosfonaten gebruiken?

Bisfosfonaten bestaan in **tabletten** en in verschillende sterktes. Bisfosfonaten kunnen ook gegeven worden via een **infuus**.

### Pillen



De dosis is afhankelijk van het type bisfosfonaat dat wordt ingenomen en de aandoening waarvoor het wordt gebruikt.

Bij osteoporose zal de arts je meestal een wekelijkse of maandelijkse dosis voorschrijven, bij de ziekte van Paget worden ze meestal gedurende een beperkte periode dagelijks ingenomen. Volg altijd de instructies in de bijsluiter, tenzij anders voorgeschreven door een arts.

Neem de pil 's morgens op een lege maag, met een groot glas **kraantjeswater**, of water dat weinig calcium bevat. Neem het niet in met mineraalwater of bruisend water want mineralen verminderen de opname van bisfosfonaten. Wacht nadien minstens dertig minuten voor je iets eet en/of drinkt.

**Zit of sta rechtop en ga na de inname niet liggen.** Dit is belangrijk om irritatie van je slokdarm te vermijden.

Als je meerdere medicijnen neemt, neem die dan nooit op hetzelfde tijdstip als de bisfosfonaten. Als je de pillen op deze manier inneemt, werken de bisfosfonaten het best en verminder je aanzienlijk de kans op bijwerkingen (zie verder in deze brochure).

Voor je begint met bisfosfonaten zal je arts eerst je nierfunctie en het calciumgehalte in je bloed controleren. De behandeling wordt uitgesteld als de bloedwaarden niet normaal zijn.

## Infuus



Zoledroninezuur krijg je één keer per jaar in de vorm van een infuus in het dagziekenhuis of ambulante afdeling van het ziekenhuis. De duur van het infuus is ongeveer één uur. Zorg ervoor dat je voor en na de behandeling voldoende drinkt: 1 à 2 glazen vóóraf en 1 à 2 glazen na de behandeling. Als je na het infuus griepachtige verschijnselen krijgt, bijvoorbeeld spierpijn, dan kan je paracetamol innemen. Deze bijwerking komt vooral voor na het eerste infuus en het neemt af met de tijd.



## Wat zijn de voordelen van het gebruik van bisfosfonaten ?

Omdat osteoporose meestal geen pijnsymptomen geeft, voel je niet direct een voordeel van de bisfosfonaten. Niettemin, zelfs zonder het te merken, worden je botten versterkt en wordt het risico op fracturen verminderd.

Als ze worden gebruikt voor de ziekte van Paget, kan je botpijn na verloop van tijd verminderen. Je arts bespreekt met jou de mogelijke voordelen.

Na één tot twee jaar behandeling, controleert je arts het effect met een paar testen. Bijvoorbeeld met een botmineraaldichtheidstest, een soort röntgenfoto, waarbij een zeer kleine hoeveelheid straling betrokken is. Urine- of bloedtesten worden soms ook gebruikt om de effecten van behandeling op botvorming en afbraak te meten.

## Mag ik bisfosfonaten gebruiken in combinatie met andere medicijnen?



Bisfosfonaten **tegelijk innemen** met voedsel en/of andere medicijnen, kan hun opname afremmen en hun effectiviteit verminderen. Vooral als de andere medicijnen één van de volgende bestanddelen bevatten: calcium, magnesium, aluminium of ijzer.

Wacht daarom altijd minstens 30 minuten na de inname voor je iets eet of een ander medicijn neemt. Je arts zal je meestal aanraden om calciumtabletten (kalk) en/of vitamine D tabletten te nemen tijdens de behandeling met bisfosfonaten. Het is belangrijk om deze supplementen te nemen omdat ze nodig zijn om de vorming van een bot van goede kwaliteit te garanderen. Bovendien kan het nemen van bisfosfonaten zonder calcium het calciumgehalte in uw bloed verlagen, wat kan leiden tot symptomen zoals krampen, spierzwakte of prikkelbaarheid van de spieren.

De meeste gebruikte reumamedicijnen zoals methotrexaat, sulfasalazine, hydroxychloroquine en biologicals kunnen veilig worden ingenomen met bisfosfonaten.

Bisfosfonaten mogen niet samen worden gebruikt met sommige andere behandelingen voor osteoporose. Vertel je arts of apotheker daarom altijd welke medicijnen je gebruikt of als er iets aan je medicijngebruik verandert.



## Zijn er mogelijke risico's of bijwerkingen aan bisfosfonaten ?

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

Als je je zorgen maakt over mogelijke bijwerkingen, vertel het dan aan je arts. Een verlaging van de dosis of een overstap naar een ander medicijn kan de bijwerkingen verminderen, zodat je de behandeling kunt voortzetten.

De meeste patiënten kunnen bisfosfonaten goed verdragen en ernstige bijwerkingen komen zelden voor. De meest voorkomende bijwerkingen zijn milde griepverschijnselen zoals spier- en gewrichtspijn, hoofdpijn, duizeligheid, buikpijn, misselijkheid of brandend maagzuur. Deze bijwerkingen komen vooral voor bij de start van de behandeling en verminderen meestal nadien.

In zeldzame gevallen kan schade aan het kaakbot ontstaan door verminderde doorbloeding (osteonecrose). Dit gebeurt na meerdere jaren van behandeling, en komt meestal voor tijdens ingrijpende tandheelkundige interventies, zoals het trekken van tanden. Om deze reden is het belangrijk om een goede mondhygiëne te hebben en een grondig tandheelkundig onderzoek uit te voeren voor de start van een behandeling met bisfosfonaten. Mogelijke tandheelkundige ingrepen kunnen best gepland worden voor aanvang van de behandeling.

In uitzonderlijke gevallen zou je allergisch kunnen reageren op bisfosfonaten. Als je klachten krijgt zoals koorts, een opgezette keel, tong of klieren of je krijgt plotse huidproblemen, stop dan direct met het middel en neem snel contact op met je arts.

## Zijn er nog dingen die ik moet weten over bisfosfonaten ?



### Alcohol

Er is geen bezwaar tegen een (matig) alcohol gebruik tijdens de behandeling met bisfosfonaten.



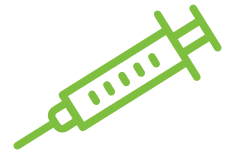
### Reizen en bewaring



Bewaar de medicatie in de originele verpakking, op kamertemperatuur en niet boven de 30°C.

Als je op reis gaat, neem dan je bisfosfonaten 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 of in de taal van het land waar je naar toe reist.

## Vaccinaties



Je kan je zonder problemen laten vaccineren tijdens het gebruik van bisfosfonaten.

## Vruchtbaarheid bij vrouwen, zwangerschap en borstvoeding

Heb je een kinderwens of ben je (onverwacht) zwanger, vertel dit dan snel aan je arts. Er is weinig informatie over het effect van bisfosfonaten op de vruchtbaarheid. Daarom neem je best geen bisfosfonaten tijdens je zwangerschap.

Het is ook niet bekend of dit geneesmiddel in de moedermelk overgaat. Daarom geef je best geen borstvoeding als je Bisfosfonaten gebruikt.

## Vruchtbaarheid bij mannen



Praat met je arts wanneer je een kinderwens hebt en bisfosfonaten neemt. Er is weinig informatie over het effect van bisfosfonaten op de vruchtbaarheid.

## Waar kan ik terecht met mijn vragen over bisfosfonaten ?



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 dan kan je terecht op de website van ReumaNet. Er zijn veel brochures die je gratis kan downloaden of aanvragen. [www.reumanet.be](http://www.reumanet.be) of [info@reumanet.be](mailto: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 en the American College of Rheumatology.*

*Dank aan Dr. C. Ribbens (ULG), en Dr. M. Moris, aan de reumaverpleegkundigen en aan de patiënt experts van ReumaNet en CLAIR voor het nalezen en feedback.*

