

# METHOTREXAAT (MTX)

(Ledertrexate®, Emthexate®, Metoject®, Methotrexate)

## Wat is methotrexaat (MTX) en hoe werkt het?

Methotrexaat is één van de meest effectieve en meest gebruikte medicatie in de behandeling van reumatoïde artritis en andere vormen van **ontstekingsreuma**.

Methotrexaat is een DMARD (Disease Modifying Anti-Rheumatic Drug) of kortweg een **reumaremmers**. DMARD's zijn een groep geneesmiddelen die ontstekingen in gewrichten verminderen. Methotrexaat remt cellen af die ontstekingen veroorzaken. Hierdoor neemt de zwelling en stijfheid in een gewricht af en vermindert de pijn. Om gewrichtsschade te beperken en te voorkomen, zal je arts je voorstellen om zo snel mogelijk met één of meer reumaremmers te starten.

Methotrexaat wordt in de meeste gevallen voorgeschreven als **langdurige** behandeling. Het kan zijn dat je pas na vier tot zes weken de effecten voelt. Soms duurt het langer en bij sommige mensen werkt het medicijn helaas niet of onvoldoende en moet een andere behandeling opgestart of bijgevoegd worden.

## Waarvoor wordt methotrexaat (MTX) gebruikt?



Je reumatoloog schrijft MTX voor als je een **auto-immuunaandoening** hebt zoals reumatoïde artritis, psoriasis artritis of jeugdreuma (juvenile idiopathische artritis – JIA). Dit zijn aandoeningen waarbij het afweersysteem ontregeld is.

In lage dosissen (tussen 7.5mg/week en 20mg/week) wordt MTX al meer dan 25 jaar gebruikt bij de behandeling van reumatoïde artritis. MTX werkt ook goed voor mensen met andere reumatische auto-immuunziekten. Het middel wordt aanzien als de standaardbehandeling van bepaalde van deze aandoeningen. In hoge dosissen kan MTX worden voorgeschreven voor de behandeling van bepaalde vormen van kanker.

## Hoe moet ik methotrexaat (MTX) gebruiken?

MTX bestaat in **pilvorm** (tabletten). Als je de MTX-pillen slecht verdraagt of als ze niet voldoende werken, kan je arts je ook **injecties** voorschrijven (onderhuids of tussen de spieren).

### Pillen



Meestal krijg je de tabletten van 2,5mg. Ze bestaan ook in 10mg, maar om verwarring te voorkomen – ze hebben bijna dezelfde kleur en vorm – worden ze minder gebruikt. Je arts bespreekt met jou hoeveel tabletten je **wekelijks** moet innemen. Het is belangrijk dat je de wekelijkse dosis steeds op **dezelfde dag** van de week inneemt. Dat kan in één keer of verdeeld over de dag (bijvoorbeeld twee keer drie tabletten op één dag of drie keer twee tabletten op één dag). Je slikt de tabletten in zijn geheel in, zonder te kauwen of te pletten. Hou je altijd aan de afspraken die je met je arts maakt! 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.

## Onderhuidse injecties (subcutaan)



Je arts bespreekt met jou de dosering. Je krijgt een wekelijkse injectie, steeds op dezelfde dag van de week. Je arts of (reuma)verpleegkundige legt je uit hoe je dit het beste kan doen. Je kan jezelf injecteren of je kan aan iemand anders vragen om dit te doen. Deze persoon krijgt dan ook de uitleg zodat hij of zij op een juiste manier de inspuiting geeft.

## Injecties tussen de spieren (intramusculair)

Alleen een arts of een (thuis)verpleegkundige kan dit soort injecties toedienen. Indien een thuisverpleegkundige dit doet, heb je een voorschrift nodig van de voorschrijvende arts. Je krijgt een wekelijkse injectie, steeds op dezelfde dag van de week.

Het duurt soms **vier tot zes weken** voor je verbetering opmerkt. Het is zoeken naar de juiste dosis. Veel van de aandoeningen die worden behandeld met MTX zijn chronisch. Je zal MTX waarschijnlijk gedurende meerdere jaren of misschien zelfs voor onbepaalde tijd moeten nemen. Als je ziekte na een tijd rustig is en blijft, zal je arts met jou overleggen om de dosis te verlagen en op termijn misschien te stoppen.



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

MTX remt ontstekingen af. Het kan enkele weken tot maanden duren voor je iets merkt van dit gunstig effect. Het is wetenschappelijk aangetoond dat MTX het leven verlengt en het risico op hartaandoeningen bij reumatoïde artritis kan verminderen.

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



Soms schrijft je arts nog andere reumaremmers voor, samen met MTX. Deze combinatie werkt meestal beter, afhankelijk van jouw situatie. Aangezien het enige tijd kan duren voor je iets merkt van het effect van MTX, wordt deze periode vaak overbrugd met ontstekingsremmers en/of corticoïden (cortisone). Soms kan het ook nodig zijn om MTX te combineren met biologische reumaremmers om het ziekteproces onder controle te krijgen. Sommige antibiotica (bv. Bactrim® of Cotrimoxazole) mag je niet samen met MTX gebruiken omdat ze de bijwerkingen van MTX kunnen versterken. Als een andere arts je antibiotica voorschrijft, vertel dan steeds dat je MTX gebruikt. Het zou kunnen dat je tijdelijk moet stoppen met MTX als je een infectie hebt.

MTX verstoort de opname van B-vitamines uit voeding, zoals **foliumzuur**. Daarom zal je arts je foliumzuurtabletjes voorschrijven. Foliumzuur is een vitamine die de bijwerkingen van MTX vermindert. Voor een goede werking mag je foliumzuur **niet** op dezelfde dag als MTX innemen, maar pas minstens 24u nadien. De meest gebruikte dosis voor foliumzuur is 10mg/week.

Ook andere medicijnen kunnen een invloed hebben op de werking of bijwerkingen van MTX of omgekeerd. Zo kan MTX een invloed hebben op de werking van sommige middelen tegen epilepsie. Vergeet dus nooit je gebruik van MTX te vermelden bij een bezoek aan een andere arts, apotheker of zorgverlener.



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

Zoals bij de meeste medicijnen, kan het gebruik van MTX voor bijwerkingen zorgen. Sommigen komen vaak voor, anderen zeer zelden en zeker niet iedereen krijgt bijwerkingen. In de **bijsluiter** vind je een uitgebreid overzicht. Omdat MTX je afweersysteem afremt, kan je makkelijker een infectie krijgen.

**Contacteer je arts als je koorts krijgt of je denkt dat je een infectie hebt, zeker bij de opstart van de behandeling!**

**Het duurt enige tijd voor je de effecten van het gebruik van MTX voelt. Voor die tijd kan je misschien al wel last krijgen van sommige bijwerkingen. Het is de moeite waard het gebruik toch door te zetten. Voor veel mensen weegt het voordeel van het gebruik uiteindelijk op tegen de eventuele bijwerkingen.** Als het middel is aangeslagen, zal je arts meestal langzaam proberen de dosering weer te verlagen. Dan zullen de bijwerkingen ook minder worden.

Dit zijn voor Methotrexaat de meest voorkomende bijwerkingen: maag- en darmklachten (misselijkheid, overgeven, diarree en verminderde eetlust), ontsteking van het mondslijmvlies of zweertjes (afters) in de mond, beperkte haaruitval, gevoeligheid van de huid op de injectieplaats (roodheid, jeuk, zwelling).

Veel van deze bijwerkingen kunnen worden gelinkt aan het feit dat MTX de aanmaak van foliumzuur verhindert. Lichaamscellen hebben foliumzuur nodig om te delen en te groeien. De bijwerkingen ontstaan door het tekort aan foliumzuur in de gezonde cellen, vooral op plaatsen waar cellen zich van nature snel delen zoals de slijmvliezen van de mond, maag en darmen, de huid, het haar en het bloed. Extra foliumzuurtabletten innemen kan dan ook helpen bij sommige bijwerkingen.

Je arts zal regelmatig een bloedonderzoek voorstellen om eventuele bijwerkingen op te sporen die je zelf niet merkt (lever- en nierfunctie, bloedcellen). Tijdens de eerste maanden van de behandeling wordt een maandelijks bloedonderzoek uitgevoerd, nadien en bij goede resultaten elke drie tot zes maanden.

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



### Alcohol

Zowel MTX als alcohol hebben een invloed op de werking van de lever. De combinatie van beiden kan het risico op problemen met de lever verhogen. Bespreek met je arts of matig gebruik van alcohol kan.

### Reizen en bewaring

Bewaar Methotrexaat in de originele verpakking, op kamertemperatuur en niet boven de 30°C. Als je op reis gaat, neem dan je Methotrexaat tabletten mee in je handbagage.

Gebruik je MTX in injecties, zorg dan voor een reiscertificaat. Je reumatoloog of je apotheker kan je een attest bezorgen. Zorg ervoor dat zeker deze gegevens vermeld worden: naam van de medicatie, de correcte dosering/gebruik, naam, handtekening en stempel van je arts/apotheker, naam, adres en telefoonnummer van je ziekenhuis, de datum waarop het attest is opgemaakt. Vraag je arts/apotheker of reumaverpleegkundige om het attest bij voorkeur in het Engels op te stellen.

Neem je MTX in de originele verpakking mee met het etiket van de apotheek erop. Controleer vooraf de houdbaarheidsdatum van je medicijn. Geef ook steeds aan bij vliegmaatschappijen en hotels dat je injectiespuiten of naalden bij je hebt. Informeer vooraf welke (veiligheids-)regels de maatschappij hanteert voor het vervoer van dergelijke medicijnen in handbagage.

## Vaccinaties



Bij de start van je behandeling met Methotrexaat zal je arts je waarschijnlijk aanraden om een jaarlijks griepvaccin te nemen omdat je kwetsbaarder bent voor infecties.

Heb je andere vaccinaties nodig omdat je naar verre landen wil reizen, overleg dan met je arts. Voor sommige vaccins moet je (tijdelijk) stoppen met je medicatie. Het is verstandig om dit goed op tijd te regelen.

## Vruchtbaarheid bij vrouwen, zwangerschap en borstvoeding

MTX kan zowel bij mannen als bij vrouwen stoornissen in de vruchtbaarheid veroorzaken. Omdat MTX de werking van foliumzuur blokkeert, zorgt het gebruik van MTX tijdens de zwangerschap voor een belangrijke kans op afwijkingen bij het ongeborn kind. Er is ook een licht verhoogde kans op een vroege miskraam tijdens de eerste periode van de zwangerschap. Daarom mag je niet zwanger worden als je MTX gebruikt en dien je een veilig en goedwerkend anticonceptiemiddel te gebruiken. Als je onverwacht zwanger blijft tijdens het gebruik van MTX, neem dan snel contact op met je behandelende arts of gynaecoloog.

Het belangrijkste om te weten is dat je nog steeds succesvol zwanger kan worden als je tijdig stopt met het gebruik van MTX. Heb je een kinderwens? Bespreek dit dan zo snel mogelijk met je arts. Het is best om minstens drie maanden met MTX te stoppen voor je zwanger wordt.

Ook borstvoeding wordt afgeraden omdat Methotrexaat doorgegeven wordt via de moedermelk.

## Vruchtbaarheid bij mannen



Praat me je arts wanneer je een kinderwens hebt en MTX neemt. Het middel kan stoornissen in de vruchtbaarheid veroorzaken. Daarom is het aan te raden om te stoppen met Methotrexaat als jij en je partner een zwangerschap plannen.

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



Als je je zorgen maakt, neem dan zeker contact op met je (huis)arts of met de reumaverpleegkundige.

Wil je meer informatie over je eigen aandoening of andere vormen van reumamedicatie, dan kan je terecht op de website van ReumaNet, [www.reumanet.be](http://www.reumanet.be). Er zijn veel brochures die je gratis kan downloaden of aanvragen.

*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, NRAS en Arthritis Research (UK), ANDAR (France), Arthritis Society Canada, Arthritis Australia en the American College of Rheumatology.*

*Dank aan Dr. I. Peene (AZ Sint Jan, Brugge) en Dr. A. Nzeusseu Toekap (UCL), aan de reumaverpleegkundigen en aan de patiënt experten van ReumaNet en CLAIR voor het nalezen en feedback.*

