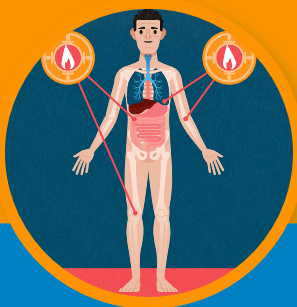
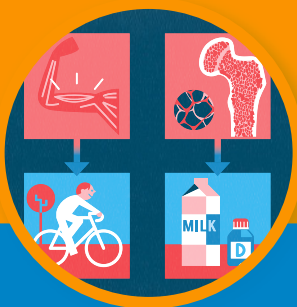
De Visuele Gidsen van de Patiënt

Behandeling met cortisone





VIVIO

Met de steun van Pfizer

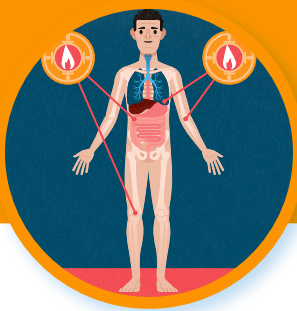
De Visuele Gidsen van de Patiënt zijn een publicatie van © ViVio
ViVio bvba
Rodenbachstraat 70 | 1190 Brussel
Tel.: 02/640.49.13
e-mail: gids@vivio.com
www.vivio.com

Reproductie van (een fragment uit) deze publicatie op welke manier dan ook is verboden zonder schriftelijke toestemming van de uitgever ViVio.
De informatie in deze publicatie wordt uitsluitend verstrekt voor het verschaffen van inlichtingen. Ze kan niet worden gebruikt voor het stellen van diagnoses of het behandelen van een aandoening of een ziekte. Deze informatie is bestemd om de rechtstreekse relatie tussen de lezer en de gezondheidsdeskundige te verbeteren, niet om deze te vervangen; zij vormt geen consultatie of medisch onderzoek en kan deze niet vervangen. Elk gezondheidsprobleem moet worden onderworpen aan een consultatie of persoonlijk medisch onderzoek door een arts teneinde de juiste diagnose en behandeling vast te stellen.

Redactie: Philippe Violon
Illustraties: Cyril Elophe
Lay-out: Catherine Harmignies

ISBN 978-2-87512-189-9 . D/2015/9601/4

Behandeling met cortisone



Behandeling met cortisone

06 WAT IS CORTISONE?

06 Ons lichaam en cortisone
10 Waarom een behandeling met cortisone?
12 Duur van de behandeling met cortisone
12 Dosis cortisone
14 Verschillende toedieningswegen

16 DE BEHANDELING GOED VOLGEN

16 De behandeling en de dosis correct naleven
18 Enkele regels voor inname
20 Geleidelijk afbouwen
22 Geneesmiddeleninteracties
22 Contra-indicaties voor een behandeling met cortisone
24 Bijwerkingen
26 Bespreking met uw arts

28 LEVENSSTIJL

28 Voedingsadvies
30 Lichaamsbeweging
30 Vaccinatie
32 Zwangerschap

34 EXTRA MAATREGELEN

34 Ondersteuning met geneesmiddelen
36 Cortisone en de bloeddruk
38 Cortisone en suikerziekte
40 Cortisone en de huid
42 Cortisone en het spijsverteringstelsel
44 Cortisone en gewichtstoename
46 Cortisone en het humeur
46 Cortisone en de ogen
48 Cortisone, botten en spieren

Met de steun van Pfizer

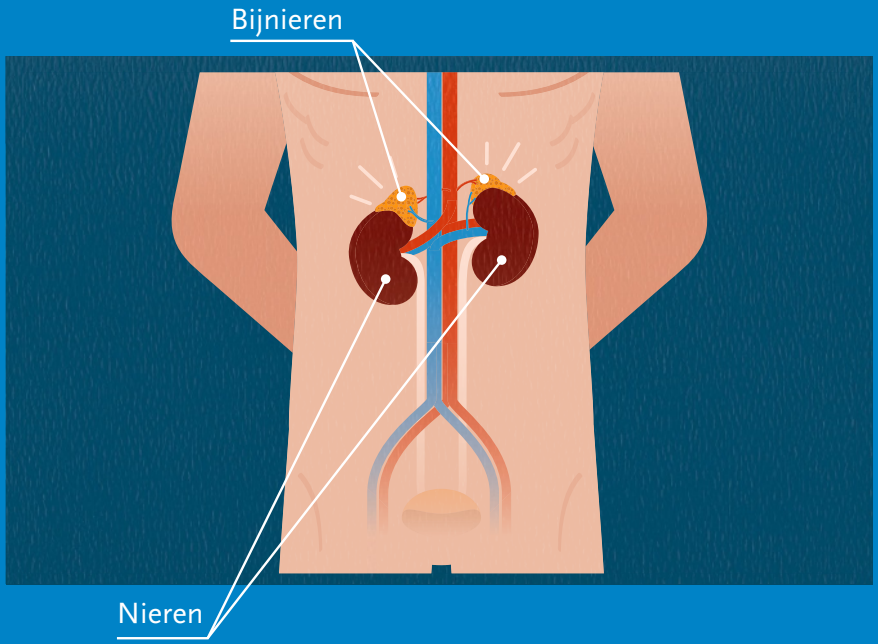
ONS LICHAAM EN CORTISONE

Ons lichaam maakt van nature het hormoon **cortisol** aan.

Cortisol is levensnoodzakelijk en wordt afgescheiden door **twee klieren** die boven elke nier liggen: de **bijnieren**.

Dat hormoon is cruciaal om **bepaalde belangrijke functies van het organisme te regelen**.

Cortisone toegediend **via geneesmiddelen benadert heel dicht het cortisol dat we van nature aanmaken**, maar heeft vaak een veel sterker ontstekingswerend effect.


Bijnieren
Nieren

ONS LICHAAM EN CORTISONE (VERVOLG)

Daarbij zijn er ook **drie hoofdeffecten**:

- een **ontstekingswerend** effect;
- een **immuunmodulerend** effect (verlaagt de weerstand);
- een **antiallergeen** effect.

Ontstekingswerend

Verlaging van de weerstand

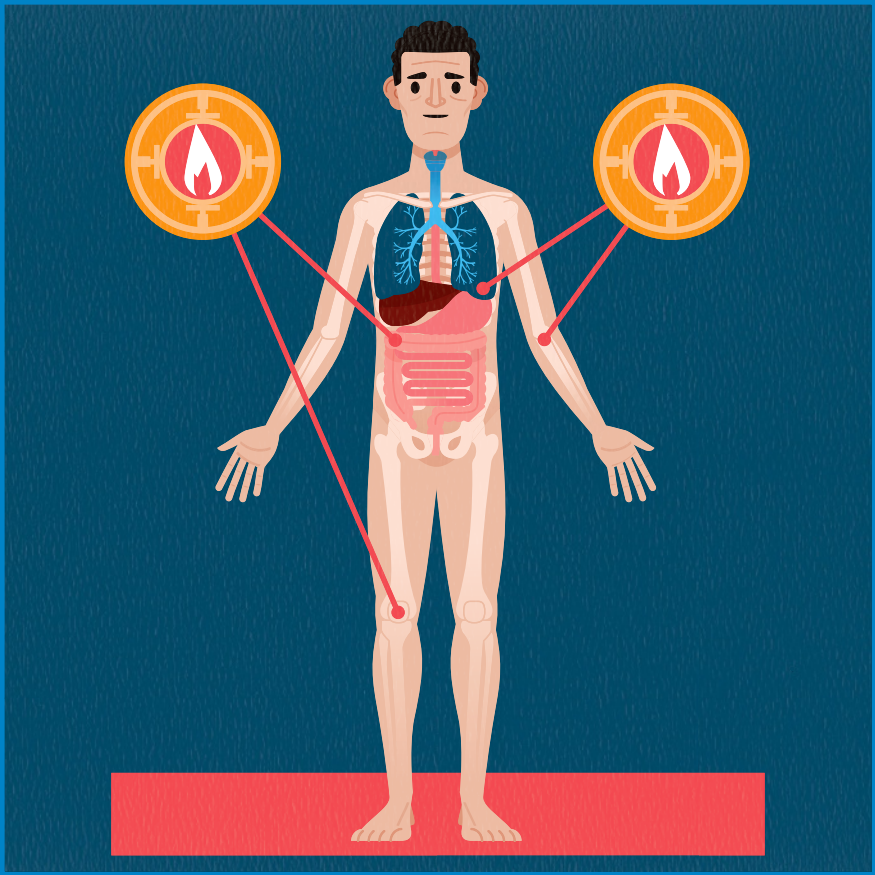
Antiallergeen

WAAROM EEN BEHANDELING MET CORTISONE?

Cortisone (en zijn derivaten, ook corticosteroïden of geneesmiddelen uit de cortisonengroep genoemd) helpt **talrijke ziekten te behandelen**. Een uitgebreide en volledige lijst geven is bijgevolg moeilijk.

Meestal schrijft de arts cortisone voor omwille van zijn **ontstekingswerende eigenschappen**.

Tal van ziekten gaan gepaard met een **ontsteking**, die **overdreven**, **nutteloos** of ook nog **pijnlijk** – en dus schadelijk voor de gezondheid – kan zijn. In dat geval is een behandeling met cortisone aangeraden.



Ontsteking kan vele organen treffen.

DUUR VAN DE BEHANDELING MET CORTISONE

U **moet weten** dat er verschillende behandelingen bestaan:

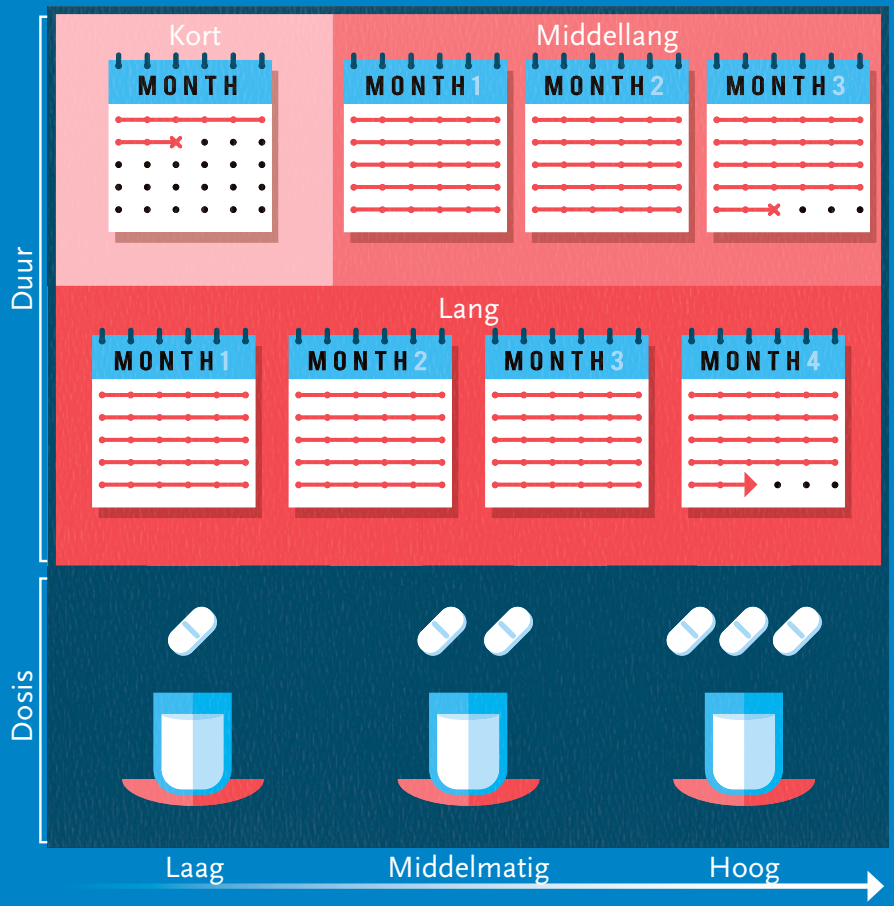
- zogenaamde **'korte'** behandelingen met cortisone: **minder dan tien dagen** behandeling;
- zogenaamde **'middellange'** behandelingen met cortisone: **minder dan drie maanden**;
- en **'lange'** behandelingen met cortisone: **meer dan drie maanden**.

DOSIS CORTISONE

Het is mogelijk cortisone toe te dienen:

- in een **lage** dosis;
- in een **middelmatige** dosis;
- in een **hoge** dosis.

Uw arts beslist **naargelang uw ziekte en de ernst** hoe lang de behandeling met cortisone moet duren.

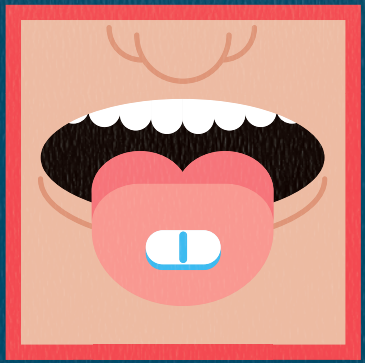

Kort
Middellang
Lang
MONTH
MONTH 1
MONTH 2
MONTH 3
MONTH 1
MONTH 2
MONTH 3
MONTH 4
Duur
Dosis
Laag
Middelmatig
Hoog

VERSCHILLENDE TOEDIENINGSWEGEN

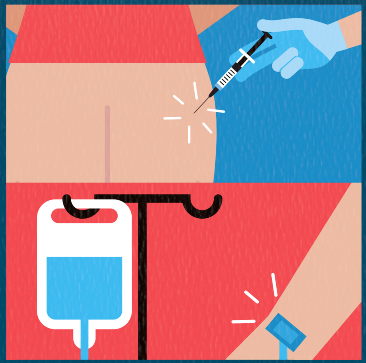
Het is mogelijk cortisone (en ook geneesmiddelen uit de cortisonengroep) via verschillende wegen toe te dienen:

- via de mond, in de vorm van **tabletten** enz.;
- via **intraveneuze** (i.v.) of **intramusculaire** (i.m.) inspuiting;
- via de **huid** (zalf enz.);
- door **inademing** (puf).

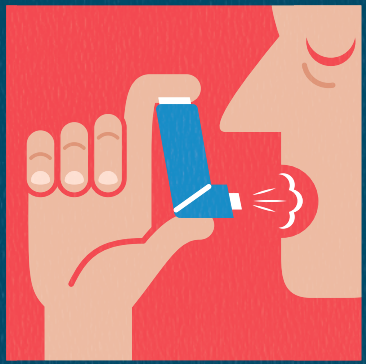
Tablet



i.m./i.v.



Zalf



Puf

DE BEHANDELING EN DE DOSIS CORRECT NALEVEN

Uw arts heeft u cortisone voorgeschreven omdat dat nodig is.

Hij weet precies:

- **welk soort** cortisone het beste is voor u (er bestaan verschillende geneesmiddelen op basis van cortisone);
- wat in uw geval de juiste **dosis** is;
- hoe lang de behandeling moet **duren**.

Om doeltreffend te zijn, moet u dus zeker zowel de dosis als de inname van uw behandeling nauwgezet **naleven**, en **geen** dosis **vergeten**.

× 2
MONTH
MONTH
MONTH
?

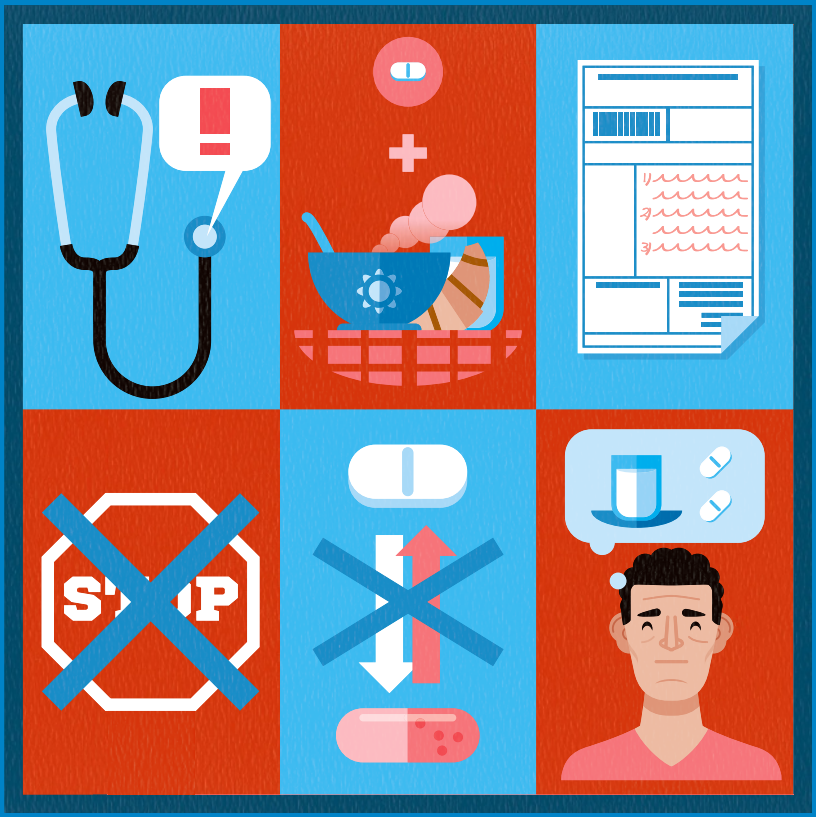
ENKELE REGELS VOOR INNAME

- Als uw arts cortisone heeft voorgeschreven, is daar een goede reden voor. **Houd u daarom nauwkeurig** aan de dosis, het aantal innames en het moment van inname.
- **Orale cortisone** neemt u het beste in **tijdens de maaltijd en 's ochtends**.
- Neem **nooit** cortisone in als **die u niet is voorgeschreven**.
- **Stop nooit spontaan** uw behandeling.
- **Vervang** een bepaalde soort cortisone **niet door een andere**.
- **Vergeet** uw behandeling **niet**.

Luister naar uw arts

’s Ochtends, tijdens de maaltijd

Op voorschrift



Stop niet

Vervang niet

Vergeet niet

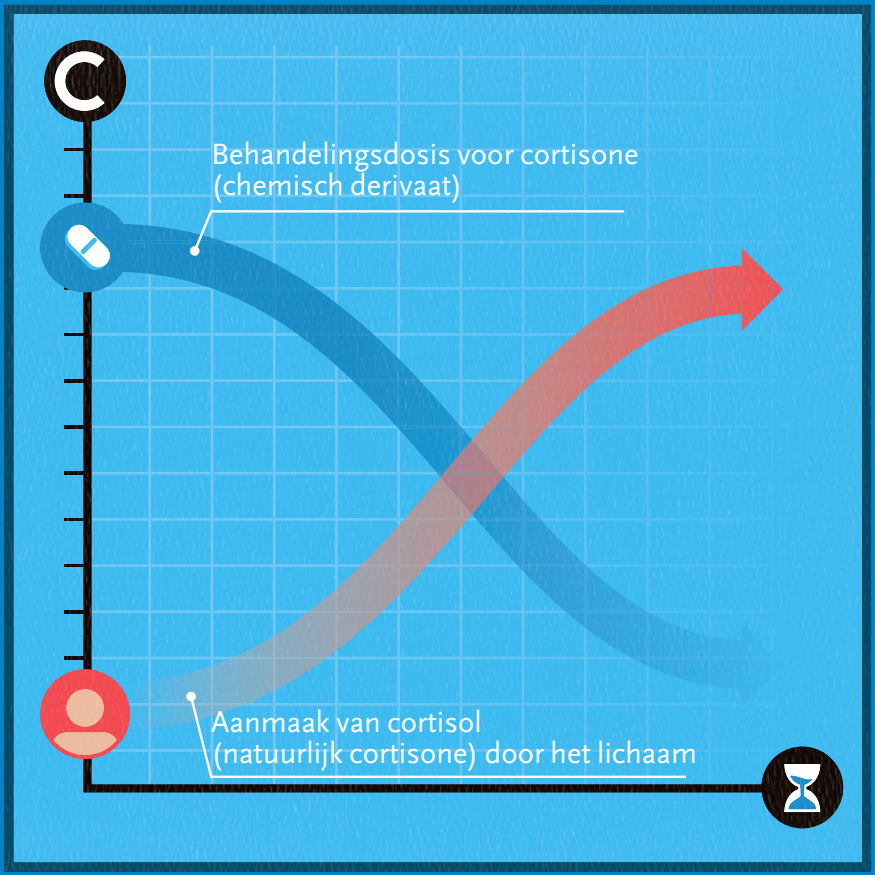
GELEIDELIJK AFBOUWEN

Voor sommige aandoeningen is het nodig cortisone **regelmatig** in te nemen, **gedurende verschillende maanden en/of in hoge dosissen**.

Als **reactie** op de aanbreng van cortisone van buitenaf zal het lichaam in dat geval de eigen aanmaak van natuurlijk cortisone – **cortisol** – verminderen. Daarom mag u **nooit spontaan en plots stoppen** met de behandeling, want het lichaam krijgt dan geen **tijd om opnieuw zelf voor de aanmaak te zorgen**. En cortisol is levensnoodzakelijk!

Enkel bij 'korte' kuren (< 10 dagen) mag u cortisone stoppen zonder geleidelijk af te bouwen.

Uw arts kent dit fenomeen goed en zal u raad geven.


C
Behandelingsdosis voor cortisone
(chemisch derivaat)
Aanmaak van cortisol
(natuurlijk cortisone) door het lichaam

GENEESMIDDELENINTERACTIES

Cortisone mag **met de meeste andere geneesmiddelen worden ingenomen**, want het veroorzaakt weinig geneesmiddeleninteracties.

CONTRA-INDICATIES VOOR EEN BEHANDELING MET CORTISONE

Er bestaat **geen absolute contra-indicatie** voor een behandeling met cortisone bij levensnoodzakelijke indicaties.

Artsen kennen perfect alle effecten van cortisone. Overhandig telkens als u naar de dokter gaat (gynaecoloog, huisarts, reumatoloog, tandarts, cardioloog enz.) een **lijst met alle producten die u neemt**. Zo heeft de arts een overzicht van uw behandeling en kan hij ze aanpassen indien nodig.

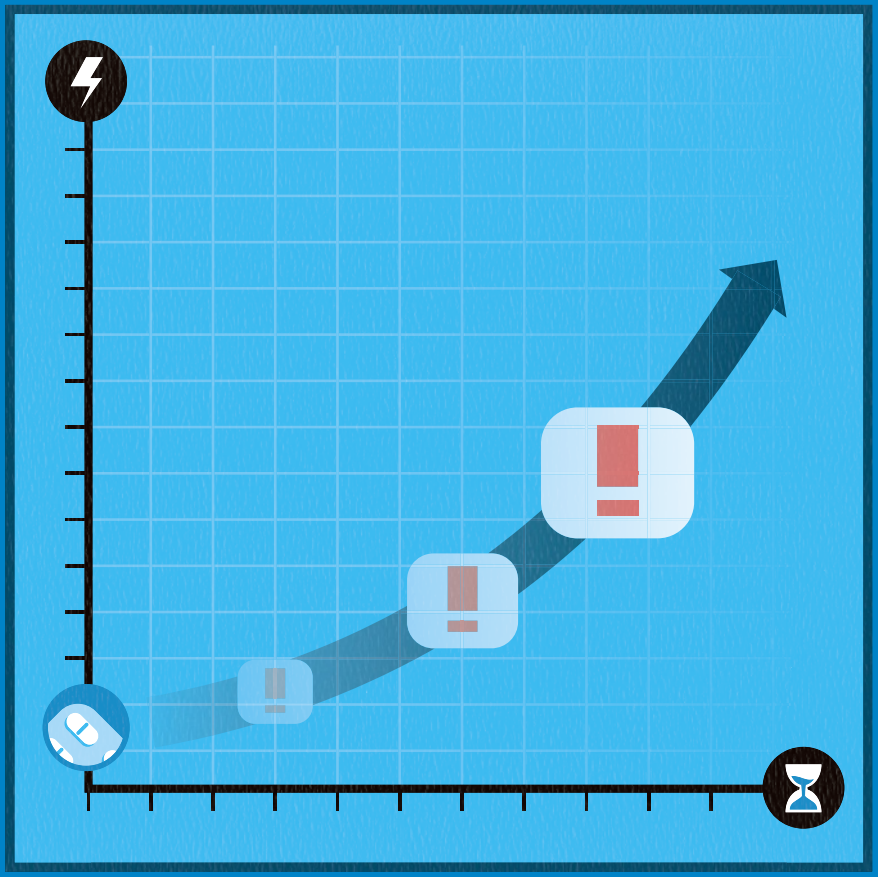
Huisarts
Tandarts
Reumatoloog
Cardioloog

BIJWERKINGEN

Met cortisone is het mogelijk ziekten **goed te verlichten of te genezen**.

Maar net als bij heel wat andere behandelingen zijn de **bijwerkingen** als gevolg van cortisone en cortisonederivaten **niet te verwaarlozen**.

Bijwerkingen als gevolg van cortisone komen meestal **vaker voor en zijn feller naarmate de behandeling lang duurt en de dosis hoog is**. Een aantal bijwerkingen treedt trouwens alleen op bij een langdurige behandeling met cortisone en/of bij hoge dosissen.



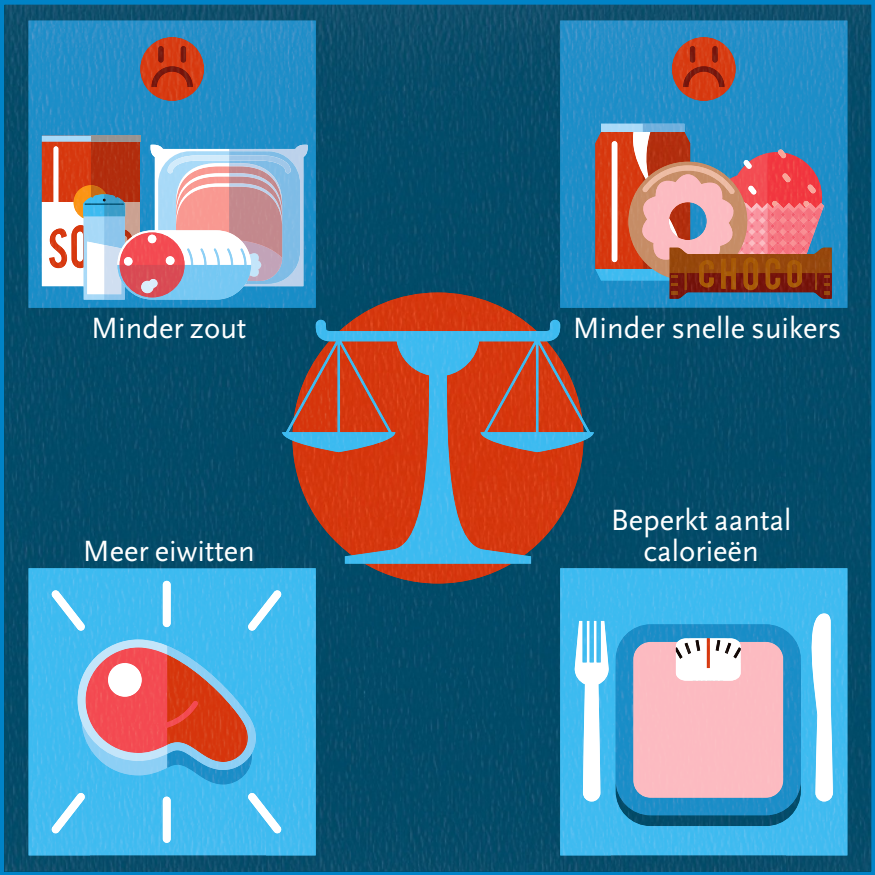
BESPREKING MET UW ARTS

Uw **arts kent de bijwerkingen** van de behandeling met cortisone die hij u heeft voorgeschreven heel goed. Hij zal de **nodige maatregelen nemen** om die zo goed mogelijk te verlichten en zal u indien nodig ook zeggen **hoe u uw levensstijl kunt aanpassen**.

VOEDINGSADVIES

- **Verminder uw zoutgebruik** en vermijd zoute gerechten (zoals kant-en-klare maaltijden, bereide vleeswaren enz.). Door de cortisone **houdt** het lichaam immers **meer zout vast**, wat **hoge bloeddruk** in de hand werkt.
- Als uw arts u dat aanraadt, eet dan **minder snelle suikers** en, als u suikerziekte heeft, volg dan nauwgezet uw **diabetesdieet**.
- Het is ook aangeraden om **voldoende eiwitten te gebruiken** om uw spiermassa op peil te houden.
- Opgelet, cortisone kan de **eetlust aanwakkeren**. Let er dus op **hoeveel calorieën** u inneemt.

Algemeen gesproken moet u **evenwichtig blijven eten**.


Minder zout
Minder snelle suikers
CHOCO
Meer eiwitten
Beperkt aantal calorieën

LICHAAMSBEWEGING

Doe **regelmatig aan lichaamsbeweging**, aangepast aan uw leeftijd en uw fysieke capaciteiten.

Zo kunt u:

- uw **spiermassa** op peil houden;
- een goede **botdichtheid** (stevigheid van de botten) behouden;
- **gewichtstoename** vermijden.

VACCINATIE

Vertel de arts altijd dat u een behandeling met cortisone volgt vooraleer u zich laat vaccineren. Hij kan dan beslissen **wanneer** hij het beste het vaccin toedient.

Neem beweging.

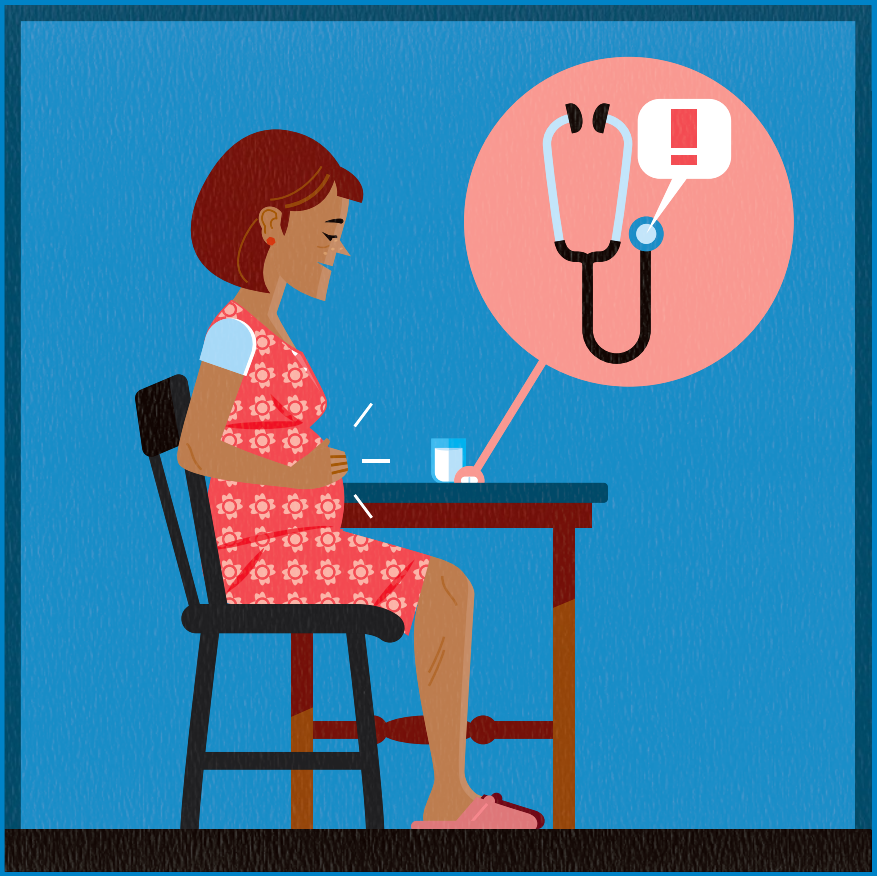
Vermeld uw behandeling vooraleer u een vaccin krijgt.

ZWANGERSCHAP

Soms kunt u **niet stoppen** met cortisone tijdens de zwangerschap.

Er is **onvoldoende informatie beschikbaar** over het gebruik van cortisone tijdens de zwangerschap om de toxiciteit ervan te evalueren. Het gebruik is goedgekeurd bij dieren. Daarom mag cortisone slechts worden toegediend aan zwangere vrouwen, vrouwen die borstvoeding geven of vrouwen in de vruchtbare leeftijd na een **evaluatie van de verwachte heilzame effecten en de eventuele risico's voor de moeder, het embryo of de foetus**.

U moet uw gynaecoloog uiteraard vertellen dat u cortisone neemt. Als hij dat nodig acht, zal hij de **follow-up van uw zwangerschap** aanpassen.

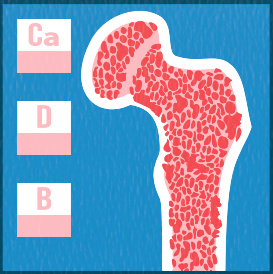


Als u een kinderwens heeft of zwanger bent,
spreek er dan over met uw arts.

ONDERSTEUNING MET GENEESMIDDELEN

Afhankelijk van uw organisme, de duur en/of de intensiteit van de behandeling met cortisone kunnen er bijwerkingen optreden. Dan kan uw arts beslissen om u **bepaalde geneesmiddelen voor te schrijven om die te verlichten**.

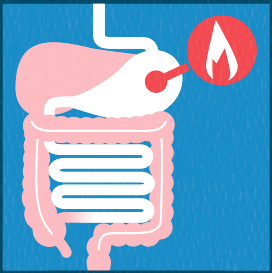
- Een behandeling om **osteoporose** te voorkomen (calcium, vitamine D, bisfosfonaten in bepaalde gevallen);
- **Kalium**;
- Een middel tegen **maagzweren** om een maagzweer te voorkomen of te behandelen;
- Een behandeling voor **slapeloosheid** of **humeurschommelingen**;
- Een behandeling om **cardiovasculaire risicofactoren** te verlagen: hoge bloeddruk, suikerziekte, hoge cholesterol.



Preventie van osteoporose

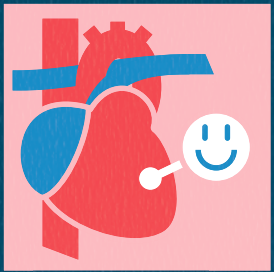
Kalium-supplementen

Preventie van maagzweren



Behandeling voor slapeloosheid

Verlaging van het risico voor het hart



CORTISONE EN DE BLOEDDRUK

Cortisone kan soms de **bloeddruk** doen stijgen. Een goede levensstijl is dus belangrijk:

- sporten,
- het gewicht op peil houden,
- gebruik van zout beperken.

Of u nu een hoge bloeddruk heeft of niet, uw **arts zal altijd uw bloeddruk controleren** en indien nodig uw **behandeling aanpassen**.

Laat uw bloeddruk controleren.

CORTISONE EN SUIKERZIEKTE

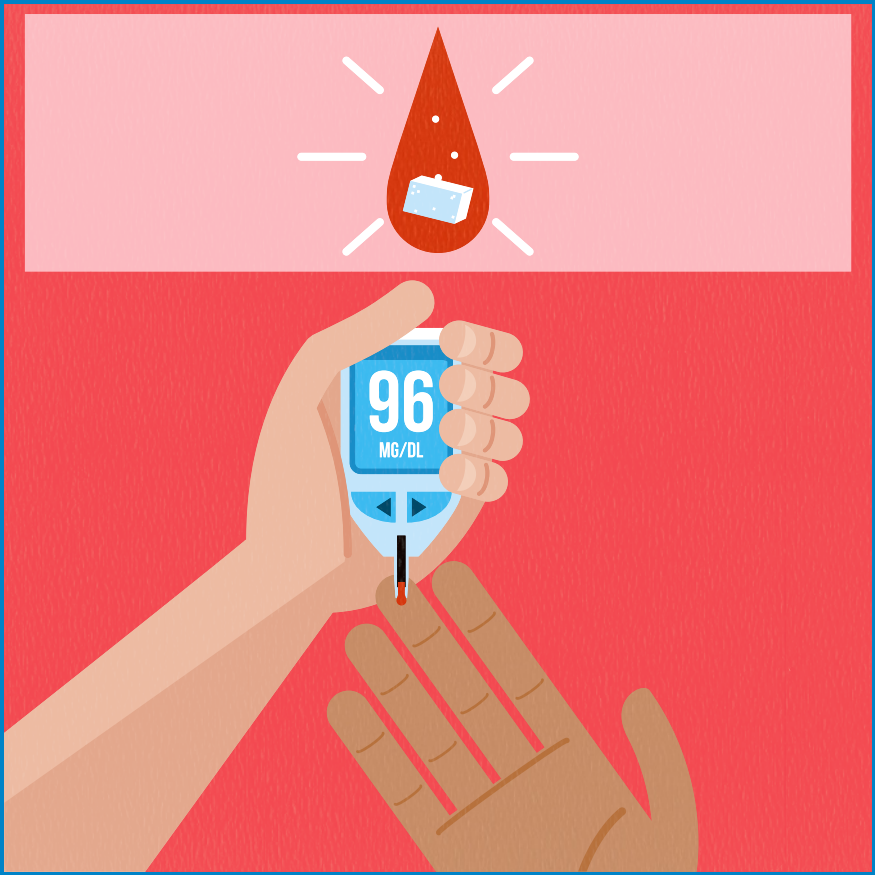
Een behandeling met cortisone kan **suikerziekte doen ontstaan** of, als u al suikerziekte heeft, uw ziekte **ontregelen**.

Uw arts zal, naargelang uw persoonlijke situatie, **min of meer regelmatig uw bloedsuiker** (glykemie) meten.

Indien nodig zal hij u voorstellen

- een **behandeling voor suikerziekte te starten**
- of de **dosissen** van uw behandeling **aan te passen**.

Het **glykemische evenwicht verbetert** meestal als u uw behandeling met cortisone **afbouwt of stopzet**.



Controleer regelmatig uw bloedsuiker.

CORTISONE EN DE HUID

Cortisone maakt de huid dunner:

- **fragiel** worden van de huid;
- hoger risico op **blauwe plekken**;
- **droge** huid;
- vertraagde **littekenvorming**;
- **acne**.

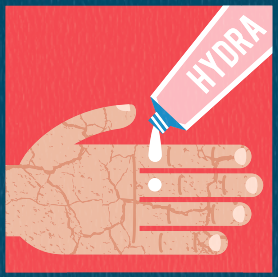
Voor al deze kleine ongemakken bestaan er **oplossingen**.

Fragiele huid

Blauwe plekken

Acne

Droge huid



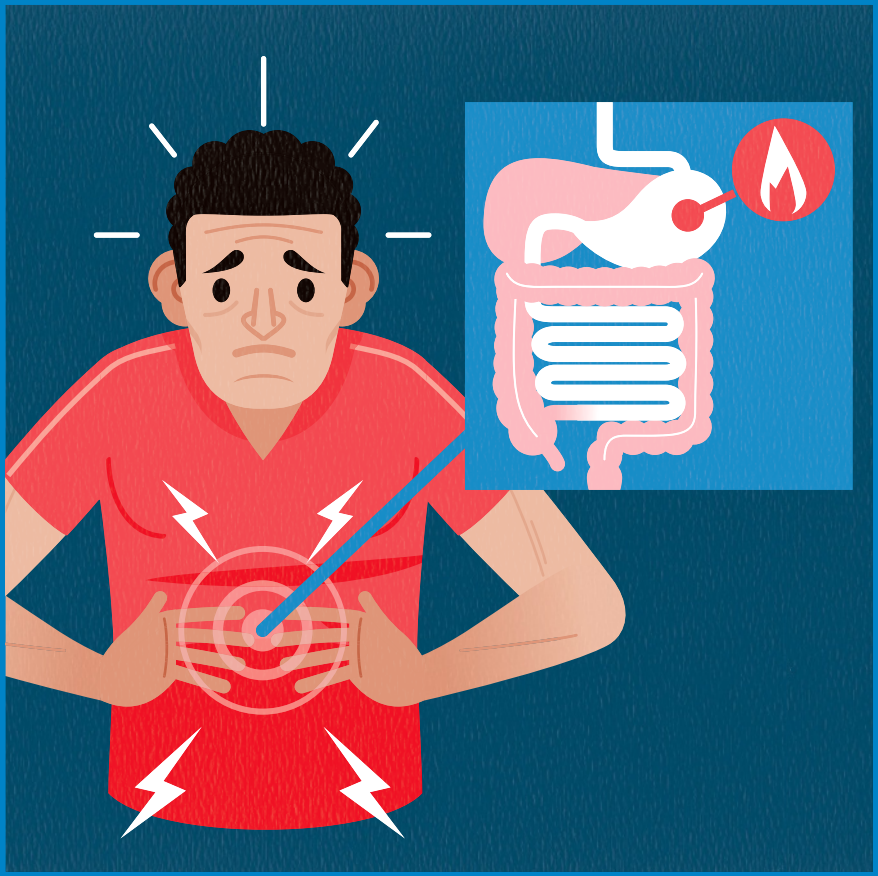
Vertraagde littekenvorming

CORTISONE EN HET SPIJSVERTERINGSTELSEL

Cortisone kan soms **maagpijn veroorzaken**.

Het kan ook een al aanwezige **maagzweer** verergeren of een maagzweer veroorzaken bij langdurige behandeling.

Uw arts kan die **bijwerkingen goed behandelen**. Indien nodig zal hij u een **middel tegen maagzweren voorschrijven**.



Opgepast voor het risico op een maagzweer.

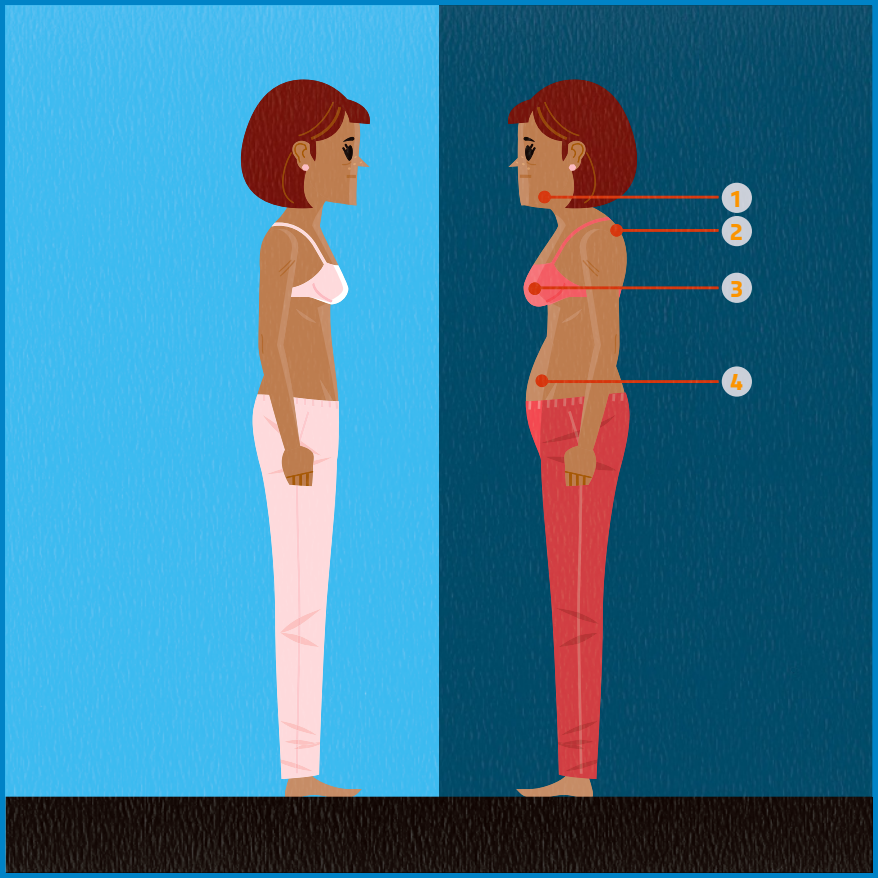
CORTISONE EN GEWICHTSTOENAME

Bij langdurig cortisonegebruik kan een **matige gewichtstoename** van enkele kilo's optreden.

Cortisone veroorzaakt **vetophoping** in de volgende zones:

1. het **gezicht**, dat ronder kan worden;
2. de **bovenrug**;
3. de **borsten**;
4. de **taille**.

Ook hier kan een **evenwichtige voeding**, **raad van uw arts** (die eventueel de dosis kan aanpassen) en, indien nodig, raad van een **diëtiste** u helpen om de gewichtstoename te beperken.


1
2
3
4

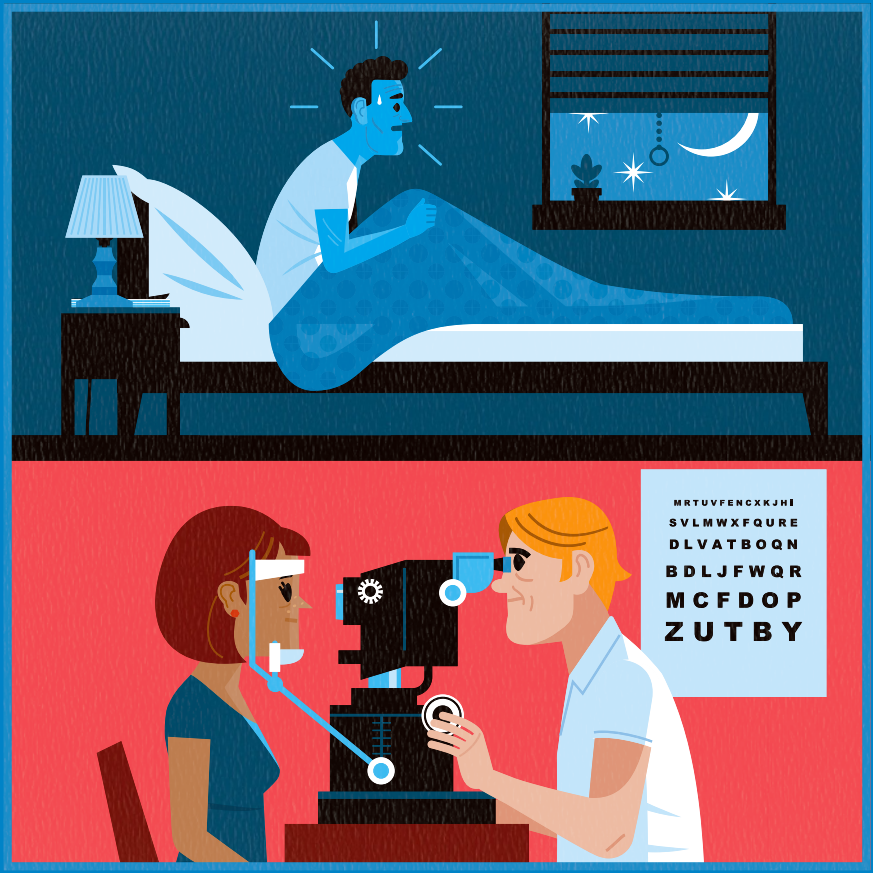
CORTISONE EN HET HUMEUR

Aan het begin van de behandeling kan cortisone **slapeloosheid** en **angst** veroorzaken.
Die twee symptomen nemen **meestal af na verloop van tijd**. Uw arts kan u een **ad-hocbehandeling** voorstellen.

CORTISONE EN DE OGEN

Langdurig gebruik van cortisone kan **cataract** of **glaucoom** in de hand werken.
De **chirurgische behandeling** van deze aandoening is ondertussen heel eenvoudig geworden.

Daarom is het belangrijk de **oogdruk te meten** bij de oogarts.
Zodra de diagnose gesteld is, zijn deze problemen **gemakkelijk te behandelen**.


MRTUVFENCXKJHI
SVLMWXFQURE
DLVATBOQN
BDLJFWQR
MCFDOP
ZUTBY

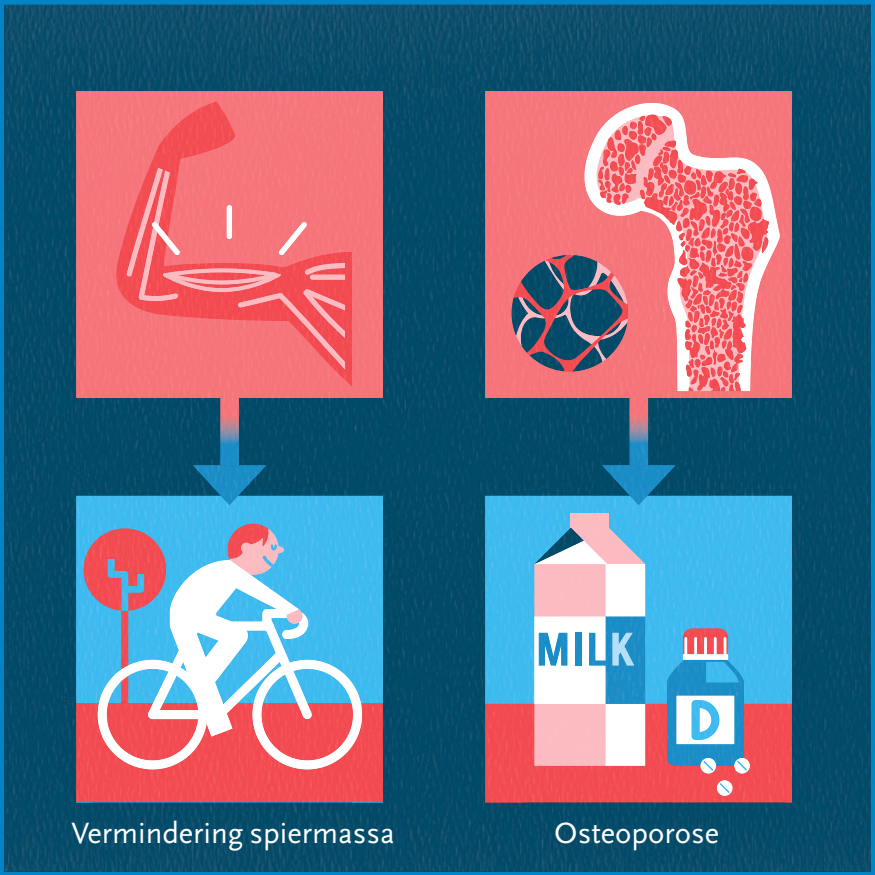
CORTISONE, BOTTEN EN SPIEREN

Langdurig gebruik van cortisone kan **afname van de botdichtheid**, of **osteoporose**, in de hand werken.

Osteoporose komt vaak voor bij **vrouwen**, vooral na de menopauze.

Het kan worden tegengegaan door te **blijven bewegen**, extra **vitamine D** en **calcium** in te nemen en bepaalde **geneesmiddelen** te gebruiken.

Cortisone kan ook in zekere mate de **spiermassa verminderen**. **Lichaamsbeweging** is dus aangeraden.


MILK
D
Vermindering spiermassa
Osteoporose

Datum:.....

Uw opmerkingen en vragen voor uw arts

Datum:.....

Uw opmerkingen en vragen voor uw arts

De Visuele Gidsen van de Patiënt

Behandeling met cortisone

Wat is cortisone? Hoe werkt cortisone? Wat zijn de toedieningswegen van cortisone? Welke extra maatregelen en voorzorgen zijn nodig bij cortisonegebruik? Met de afbeeldingen en de tekst in deze Visuele Gids van de Patiënt willen we u helpen de behandeling met cortisone beter te begrijpen.

UNBR14N001877

D/2015/9601/4

ISBN 9782875121899

9 782875 121899 >

VIVIO

Met de steun van Pfizer