

# Osteoporose

Een behandeling met Aclasta<sup>®</sup>



ALGEMEEN  
ZIEKENHUIS  
HEILIGE FAMILIE vzw

's Herenbaan 172  
2840 Rumst

tel: 03 880 90 11 (algemeen)  
tel: 03 880 90 69 (afdeling)

e-mail: [info@hfr.be](mailto:info@hfr.be)  
[www.azheiligefamilie.be](http://www.azheiligefamilie.be)

WANNEER JOUW BOTTEN  
BROZER WORDEN...

## WAT IS OSTEOPOROSE?

Osteoporose is een algemene ziekte van het skelet die gekarakteriseerd wordt door een lage botmassa en een structurele afbraak van botweefsel.

Osteoporose leidt tot broze botten, waardoor de kans op fracturen toeneemt. Alle beenderen van het skelet kunnen aangetast worden, maar de meest voorkomende osteoporotische fracturen zijn pols-, wervel- en heupfracturen.

## WAT ZIJN DE KLACHTEN?

Osteoporose wordt ook wel eens de ‘stille ziekte’ genoemd, omdat botverlies optreedt zonder dat je er iets van merkt... Veel mensen weten niet dat ze aan osteoporose lijden tot op het moment dat hun botten zo zwak geworden zijn dat ze een fractuur oplopen ten gevolge van een val of een verkeerde beweging.

## WAT ZIJN DE RISICFACTOREN?

- te weinig lichaamsbeweging tijdens de jeugd
- te vroege menopauze
- te weinig calciumopname door voeding
- te veel cafeïne
- roken
- langdurig cortisonengebruik
- te laag lichaamsgewicht (< 60 kg of BMI < 20)
- eerdere fractu(u)r(en) na het 50ste levensjaar
- heupfractuur bij één van de ouders
- een leeftijd ouder dan 70 jaar

## HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD?

Osteoporose kan het best worden vastgesteld door een **botdensitometrie of botdichtheidsmeting**. Hierbij wordt de dichtheid van het bot op verschillende plaatsen, zoals de heup en de wervelkolom, gemeten. Dit onderzoek is pijnloos en duurt slechts enkele minuten. Je hoeft je er zelfs niet voor uit te kleden.

Daarnaast wordt een bloed- en een urinestaal genomen. Hiermee worden aandoeningen opgespoord die de kans op osteoporose vergroten.

De verpleegkundige zal eveneens met jou een vragenlijst overlopen en jouw gewicht en lengte meten.

## WAT KAN JE ZELF NOG DOEN?

Veel bewegen zorgt ervoor dat de botten sterker worden en dat ze hun weerstand beter behouden. Het zorgt daarnaast eveneens voor sterkere spieren en het behoud van lenigheid, waardoor de kans op vallen verkleint.

Om nieuw botweefsel aan te maken heeft het lichaam calcium nodig. Als we niet genoeg calcium uit onze voeding halen zal ons lichaam calcium uit onze botten gebruiken, waardoor deze brozer worden. Goede bronnen van calcium zijn zuivelproducten en bepaalde groenten (spinazie, broccoli, bonen).

Vitamine D is essentieel voor de absorptie van calcium in ons spijsverteringsstelsel en speelt een belangrijke rol in de preventie. Bij een gebrek aan vitamine D kan ons lichaam niet voldoende calcium opnemen waardoor onze botten brozer worden. Doordat vitamine D weinig beschikbaar is in onze voeding kan men een tekort aanpakken door vitamine D-supplementen.

## OSTEOPOROSE, WAT NU?

Een doeltreffend geneesmiddel en de inname van calcium en vitamine D zijn essentieel om de osteoporosebehandeling een maximale kans te geven.

Als je kiest voor een behandeling met Aclasta®, kom je jaarlijks naar het geriatrisch dagziekenhuis. De verpleegkundige doet een bloedafname om de werking van de nieren en de hoeveelheid calcium te meten en afhankelijk van die resultaten zal je een intraveneuze toediening met Aclasta® krijgen.

Je krijgt jaarlijks een herinnering zodat je alles in orde kan brengen omtrent de tegemoetkoming van deze medicatie. Het is heel belangrijk dat deze in orde is voordat je naar het geriatrisch dagziekenhuis komt, anders moet je het volledige bedrag van het geneesmiddel zelf betalen (gemiddeld 310 €). Het in orde brengen van de goedkeuring door de mutualiteit duurt gemiddeld 4 weken.

## HOE WERKT ACLASTA?

Het werkzame bestanddeel van Aclasta® is zoledroninezuur. Zoledroninezuur remt de afbraak van botten en maakt deze steviger.

Over het algemeen wordt de medicatie goed verdragen maar zoals bij alle geneesmiddelen zijn allergische reacties mogelijk. De meest voorkomende bijwerking is een griepig gevoel (hoofdpijn, spierpijn, koorts) de eerste drie dagen na de behandeling.

Het is belangrijk voldoende water te drinken vóór en na de toediening.

Jouw afspraak:

Datum: ..... / ..... / ..... om ..... uur

Op deze dag mag je je aanmelden aan de balie “inschrijvingen” van ons ziekenhuis en vervolgens volg je [route 50](#) naar het geriatrisch dagziekenhuis. De verpleegkundige van het geriatrisch dagziekenhuis brengt jou naar jouw kamer.

### GELIEVE VOLGENDE ZAKEN ZEKER MEE TE BRENGEN:

- jouw identiteitskaart
- het attest van de mutualiteit
- jouw persoonlijke medicatiefiche

In de loop van de voormiddag worden

- toediening van het Aclasta® infuus gepland en mag je 30 minuten na de toediening het ziekenhuis verlaten.

Bij orthopediepatiënten staan volgende zaken op de planning:

- RX
- consultatie bij de orthopedist
- toediening van het Aclasta® infuus
- middageten

en kan je na het middageten het ziekenhuis verlaten.

Heb je nog vragen? Neem gerust contact op met jouw behandelend arts of de verpleegkundige van het geriatrisch dagziekenhuis via 03 880 90 69 of [gzp@hfr.be](mailto:gzp@hfr.be). Zij zijn er om jou te helpen!

ref.: 50120826  
versie: 01.03.2018

eigenaar: Anja Van Schoor, medewerker interne liaison  
v.u.: Sofie Vermeulen