

't Zit 'm in het gewricht

Hoe komt het ?

Infecties, bloedinkjes en maak van afweerstoffen doen gewrichten ontsteken. Soms is dit erfelijk. Kinderen kennen daardoor ook 'reuma'-pijn. We spreken van *arthritis*.

Wat nog ?

Zeker, een gewricht 'verslijt'. Leeftijd, overgewicht, slechte houding of een hoge (sportieve) belasting knagen aan het kraakbeen. Zo ontstaat *throse*.

Met andere woorden

Gezwellen knieën, stijve schouders, moeheid, weinig eetlust kunnen een verschillende oorsprong hebben.

Wat kunnen we zelf doen ?

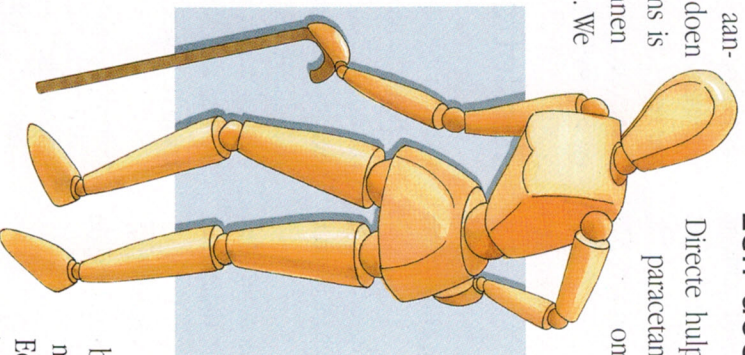
Directe hulp bij pijn biedt onder meer paracetamol. Twee tableties van 500 mg om de zes uur. Wie geen maagproblemen heeft kan ook acetylsalicylzuur gebruiken.

Bij beperkte pijn doet warme goed.

Opwarmende zalven en pleisters en warmtepakkingen helpen al jaren de mens. Moderne crèmes en gels brengen de geneesmiddelen tot bij de pijnlijke plaats.

Blijf matig bewegen. Kinestherapie, zwemmen en bewegingsscholing lonen de moeite.

Een harde matras, een stevig kussen of nekking voorkomen spanning op gewrichten en wervels.



Verder staan dokter en apotheker paraat

Een stapel klassieke reumamiddelen* slijt de pijn. In hogere dosis remmen ze de ontsteking en beschermen ze het gewricht. Maar...

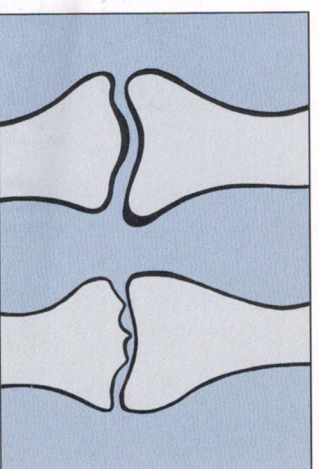
1. Al deze geneesmiddelen branden de maagwand. Neem ze bij het eten. Voor een sneller effect mag het een enkele keer vóór het eten. Echter steeds met een vol glas water!
2. Respecteer de aangegeven dosis en heb een tiental dagen geduld.
3. Overgevoeligheid, jeuk en kortademigheid zijn mogelijk, vooral bij astmalijdens en zestig plussers.
4. Met bloedverdunners (Marcoumar® en Sintrom® bijvoorbeeld) vergroot de kans op bloedingen.
5. Voor zwangeren zijn reumamiddelen niet aangewezen, vooral niet tijdens het laatste trimester.

Voor allerhande spalken, steunverbanden en zelfs wandelstokken kan je bij de apotheker te rade gaan.

Redactie en realisatie :

Comité Farmacotherapie

Kon. Apoth. Veren. Antwerpen
Dienst Geneesmiddelenvoorzichting
Kath. Univ. Leuven



Als niets helpt...

Dan rest nog het duivelijke-doet-al : cortisone. Ingespoten in het gewricht of kortstondig ingenomen temt het de ontsteking zonder veel schade te berokkenen.

Neem cortisones bij voorkeur bij het ontbijt en volg strikt het schema van de dokter.

Tenslotte

Goud, antimalariapillen, antikankerstoffen en penicillamine hebben een gunstig maar onvoorspelbaar effect op arthritis. Het herstel zet zich langzaam in. Nevenwerkingen zoals diarree en bloedafwijkingen beperken een algemeen gebruik.

De weg naar de genezing is lang. Gelukkig zoekt de geneeskunde verder.

* Brexine® - Carallam® - Clinoril® - Tilcotil® - Feldene® - Voltaren® - Brufen® - Indocid® - Naprosyne® - Polyflam® - Tolectin® - Apranax® - Artiflam® - Rofenid® - Froben® - Surgam® - Tolindol®, e.a.

Verantwoordelijke uitgever:

G. Laekeman - Apotheker-farmacoloog
Kaya D/1995/3286/01