Denosumab

Denosumab bij osteoporose: behandeling en leefstijladviezen

Osteoporose is een chronische aandoening waarbij de botten verzwakken. Het wordt ook wel botontkalking of broze/poreuze botten. Mensen met osteoporose hebben een grotere kans op botbreuken. Dit kan een "eenvoudige" botbreuk zijn zoals bijvoorbeeld een polsbreuk, maar kan ook een ernstige botbreuk zijn zoals een gebroken heup. Bij een gebroken heup is vrijwel altijd een operatie nodig, gevolgd door langdurig herstel. Niet iedereen herstelt volledig en houdt hetzelfde niveau van lopen en bewegen als vóór de val. Ook is er een verhoogd risico op complicaties, die in sommige gevallen tot overlijden kunnen leiden.

Osteoporose is niet te genezen maar wel te behandelen

Osteoporose is niet te genezen. Wel is het mogelijk om het zwakker worden van de botten te stoppen of te vertragen. Dit moet gebeuren door een goede behandeling, naast leefstijladviezen. Alleen veranderingen in leefstijl is vaak niet voldoende. Het doel van de behandeling is het stabiliseren van de botdichtheid. Daarmee wordt de kans op een toekomstige botbreuken verminderd.

Algemene leefstijladviezen:

- Vitamine D 20 microgram (=800IE) per dag, levenslang
- Voldoende calcium via de voeding: Calcium zit vooral in zuivelproducten. U heeft ongeveer 1000mg calcium per dag nodig, wat overeenkomt met 4 porties zuivel. Een portie is bijvoorbeeld één beker melk, yoghurtdrink, karnemelk, één bakje yoghurt, kwark of vla, of een plakje kaas (2-3 blokjes).
- Voldoende beweging volgens de beweegnorm: minimaal 150 minuten per week matig tot intensief, aangevuld met kracht- en balansoefeningen. Denk aan wandelen, fitness, fietsen. Zwemmen is goed voor de spieren, maar heeft weinig effect op de botdichtheid.
- Stoppen met roken: Roken schaadt de gezondheid en vermindert de botdichtheid. Stoppen is moeilijk. U kunt hierbij hulp krijgen via de huisarts of via de longverpleegkundige in het ziekenhuis.
- Stoppen of minderen met alcoholgebruik. Alcohol heeft geen goede invloed op de botdichtheid en is ook slecht voor de gezondheid.

Behandeladvies

1x per 6 maanden een onderhuidse (subcutaan) injectie in buik, bovenarm of bovenbeen met denosumab 60 mg (prolia®). Levenslang.

Denosumab is een eiwit (monoklonaal antilichaam). Het remt de botafbrekende cellen. Hierdoor verbetert de botdichtheid en de botstructuur.

Ook neemt de kans op botbreuken af. De optimale gebruiksduur van denosumab wordt nog onderzocht.. In tegenstelling tot andere osteoporosemedicijnen is nog niet vastgesteld hoe lang denosumab het beste gebruikt kan worden.

Overleg daarom altijd met uw behandelend arts als u wilt stoppen. Stop nooit zomaar zelf. Dit kan ongewenste negatieve effecten veroorzaken.

De volgende belangrijke bijwerkingen kunnen voorkomen bij denosumab:

- spier- en gewrichtspijn
- zenuwpijn in de bil en/of het been
- buikklachten, obstipatie (verstopping)
- infecties: van de urinewegen, bovenste luchtwegen of huid
- osteonecrose van de kaak (beschadiging van kaakbot door verminderde doorbloeding). Dit komt zelden voor. Zorg voor goede gebitshygiëne.
- allergische reactie. Bij overgevoeligheid voor denosumab kunnen huidafwijkingen, koorts of benauwdheid ontstaan. Neem bij een allergische reactie zo snel mogelijk contact op met uw behandelend arts.

Belangrijke informatie bij operaties en (tandheelkundige) ingrepen

Gaat u naar de tandarts voor een ingreep of wordt u geopereerd? Meld dan dat u denosumab gebruikt. Er is een kleine kans op afsterven van het kaakbot tijdens een tandheelkundige ingreep.

Bron: folder Denosumab Reumafonds

Let op Het is belangrijk om de denosumab-injecties op tijd te krijgen. Stoppen of uitstellen kan niet zomaar. Dit kan leiden tot versnelde botafbraak en een sterk verhoogd risico op botbreuken. Om deze nadelige effecten te voorkomen, is na behandeling met denosumab een nabehandeling met zoledroninezuur infuus nodig (1 of 2x).

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van de folder nog vragen? Dan kunt u contact opnemen met de polikliniek interne geneeskunde via telefoonnummer 010 – 258 5930 of met de secretariaat Klinische geriatrie via telefoonnummer 010 – 258 5999.
U kunt ook gebruikmaken van de BeterDichtbij-app.

Handige websites

Meer informatie kunt u vinden op de volgende websites:

http://www.osteoporosevereniging.nl

Verder nog van belang:
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u krijgt. Stel vragen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland Uw eigen gegevens, uw dossier, afspraken en vragenlijsten, via www.ysl.nl: **mijn-ijsselland**