



Met welke interacties moet u rekening houden?

# Alternatieven voor reguliere NSAID's bij gewrichtsslijtage en artritis

Gewrichtsslijtage en (*reumatische*) artritis zijn aandoeningen die de laatste jaren een epidemische omvang hebben aangenomen.

De reguliere geneeskunde doet vaak alleen aan symptoombestrijding en zet hierbij met name niet-steroidale anti-inflammatoire drugs, ofwel NSAID's, in. Bekende voorbeelden hiervan zijn onder andere diclofenac, ibuprofen, naproxen en de nieuwere categorie COX-2-remmers zoals celecoxib of etoricoxib.

**Deze reguliere geneesmiddelen, waarvan** enkele zelfs zonder recept verkrijgbaar zijn, geven helaas veel problemen, met name bij langdurig gebruik of comorbiditeit. NSAID's zijn schadelijke geneesmiddelen. NSAID's geven namelijk veel interacties met reguliere geneesmiddelen, hebben hinderlijke bijwerkingen en zijn ook erg schadelijk voor organen zoals hart, maag en nieren. Voor hart-vaatpatiënten kunnen bestaande hartgerelateerde klachten verergeren en neemt de kans op beroertes en een myocardinfarct toe. Het verhoogde risico is vooral van toepassing op mensen die al risico lopen. Een patiënt met eerdere hartproblemen, hoge bloeddruk en diabetes heeft statistisch een kans van 5% op een hartaanval. Als deze persoon het NSAID diclofenac gebruikt, zal dit risico met 40% toenemen tot 7%. Met andere woorden één op de 50 van deze patiënten krijgt bij gebruik van diclofenac een vermijdbare hartaanval.<sup>[1]</sup> Bij patiënten met bestaande ischemische klachten, perifere vaatlijden, cerebrovasculaire bloedingen of andere cerebrovasculaire aandoeningen of hartfalen zijn de NSAID's daarom gecontra-indiceerd. Ook is er een sterk verhoogde kans op het ontwikkelen van een ulcus en zijn NSAID's gecontra-indiceerd bij patiënten met een bestaande ulcus, met een ulcus in de voorgeschiedenis en bij gastritis.

**NSAID's gaan daarnaast erg** veel onwenselijke interacties aan bij comedicatie. De lijst is te omvangrijk om hier compleet te vermelden, maar de NSAID's geven onder andere een verhoogde kans op toxiciteit bij combinatie met

lithium, digoxine en methotrexaat, een verhoogde kans op bloedingen als ze gecombineerd worden met bloedverdunners, een verhoogde kans op ulcusvorming in combinatie met SSRI's, en ze kunnen het effect van antihypertensiva verminderen.<sup>[2]</sup> Het is daarom onveilig en zeer onwenselijk dat een belangrijk deel van de NSAID's zoals diclofenac, ibuprofen en naproxen zonder recept verkrijgbaar is bij drogisterij, supermarkt, via internet en zelfs bij de benzinepomp!

**NSAID's en acetylsalicylzuur zijn** volgens het Harmrapport uit 2006 verantwoordelijk voor 50 procent van de vermijdbare acute ziekenhuisopnames in Nederland. Twintig procent van de Nederlandse bevolking slikt NSAID's of acetylsalicylzuur.<sup>[3,4]</sup> Ondanks de importantie van de waarschuwingen werden de aanbevelingen van de onderzoekscommissie in dit rapport genegeerd door de overheid en zijn NSAID's nog steeds vrij verkrijgbaar zonder recept en buiten het zicht om van arts, therapeut en apotheker. De NSAID's behoren naar mijn mening als apotheker tot de categorie van de minder geslaagde geneesmiddelinnovaties, terwijl ze in de praktijk veel te veel worden gebruikt. Er is daarom een zeer sterke behoefte aan goede en liefst natuurlijke alternatieven.

## 'NSAID's en acetylsalicylzuur zijn verantwoordelijk voor 50% van de vermijdbare acute ziekenhuisopnames in Nederland'

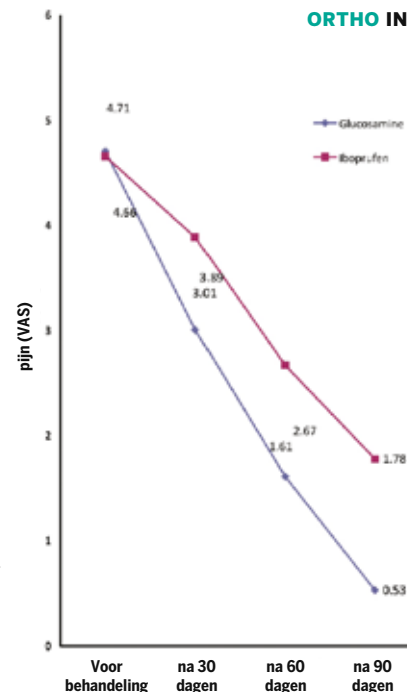
(HARM RAPPORT 2006)

**Er zijn gelukkig natuurlijke** alternatieven die een positieve bijdrage kunnen leveren bij de behandeling van gewrichtsslijtage en artritis, en een vermindering van de zwelling en ontsteking en bijkomstige pijnklachten kunnen geven. Ik noem uit de vele mogelijkheden de stoffen glucosamine met chondroïtine (*zie figuur*), MSM, groenlipmossel, omega 3-vetzuren, kurkuma en boswellia. Omdat ik in mijn columns met name de praktische toepasbaarheid, en dan vooral in combinatie met reguliere medicatie, wil uitdiepen en de mogelijke interacties hierbij voor u wil belichten, zal ik dit voor deze stoffen nader uitwerken.

## ‘de grafiek laat zien dat glucosamine de pijn drie maal beter bestrijdt dan ibuprofen’



GRAFIEK: *Vergelijking tussen de gemiddelde pijnstillende werking van 1500 mg glucosaminesulfaat en 800 mg ibuprofen bij temporomandibulaire gewrichtsartrose.*<sup>[22]</sup>



**Glucosamine kan de insulineresistentie** verhogen en de insulineproductie doen dalen, waardoor het effect van de diabetesbehandeling kan worden verminderd.<sup>[5-7]</sup> Glucosamine kan de resistentie verhogen tegen de chemotherapeutica etoposide en doxorubicine door een enzym (*toiposomerase II*) te remmen, nodig voor DNA-replicatie in tumorcellen.<sup>[8]</sup> Glucosamine en chondroïtine kunnen de bloedverdunnende werking van de vitamine K-antagonisten – dat zijn de bloedverdunders die worden gemonitord via de trombosedienst – en daarmee de kans op bloedingen verhogen.<sup>[9,10]</sup> Combinatie met de coumarines acenocoumarol en fenprocoumon is niet zonder risico en dient uitsluitend te worden toegepast indien de trombosedienst van de patiënt wordt geïnformeerd bij starten en staken van glucosamine chondroïtine.

**Zowel van MSM als** van de groenlipmossel zijn momenteel geen klinisch relevante interacties beschreven in de literatuur en op basis van het werkingsprofiel zijn die ook niet direct te verwachten.

**Het is ook zinvol** om het vetzuur omega 3 in te zetten als mogelijk alternatieve ontstekingsremmer voor de NSAID's. Het bloedverdunnende effect van de reguliere bloedverdunders van alle types<sup>[11]</sup> kan worden versterkt door omega 3-vetzuren vanwege remming van de bloedplaatjesactiviteit, waarmee de kans op bloedingen toeneemt.<sup>[12-14]</sup> De klinische relevantie hangt samen met de therapeutische breedte van het betreffende antistollingsmiddel. Indien de patiënt onder controle is van de trombosedienst geldt ook hier dat deze moet worden geïnformeerd bij starten en staken van omega 3. Omega 3 kan de bloeddruk laten dalen en in combinatie met antihypertensiva de kans op hypotensie vergroten. Het is van belang dat u de bloeddruk dus controleert na circa twee tot vier weken indien u omega 3 inzet bij patiënten die antihypertensiva gebruiken.<sup>[15]</sup> Indien omega 3 platinum-induced fatty acids (*PIFA's*) bevat, kan er resistentie ontstaan tegen de chemotherapeutica cisplatine en fluorouracil.<sup>[16]</sup>

**Kurkuma is zeer effectief** en heilzaam bij gewrichtsklachten en artritis, maar gaat helaas ook veel interacties aan. Ik

noem u de belangrijkste: Ook hier geldt het bloedverdunnende effect en de wisselwerking met de reguliere antistollingsmiddelen zoals boven beschreven.<sup>[17,18]</sup> Kurkuma kan de bloedspiegel van het chemotherapeuticum paclitaxel verhogen, evenals die van de ontstekingsremmer sulfazalazine, die onder andere bij reumatoïde artritis wordt ingezet.<sup>[19,20]</sup> Kurkuma kan door remming van CYP3A4 de spiegel van het immunosuppressivum tacrolimus sterk verhogen en hiermee de kans op nefrotoxiciteit.<sup>[20]</sup> Kurkuma heeft veel invloed op de fase 1 CYP-enzymen in de lever, zoals CYP3A4 en CYP2D6, en kan zo veel interacties aangaan met geneesmiddelen die via deze enzymen worden gemetaboliseerd.<sup>[20]</sup>

**Ook boswellia beïnvloedt** de activiteit van de meest relevante CYP-enzymen en kan op deze manier veel interacties aangaan met reguliere geneesmiddelen.<sup>[21]</sup> Daarnaast heeft boswellia een weerstandbevorderend effect en kan hierdoor interacteren met de immunosuppressiva zoals tacrolimus, azathioprine, ciclosporine en prednison, door het effect ervan te verminderen.

**Het is raadzaam om** de natuurlijke alternatieven in te zetten in combinatie met bijvoorbeeld de reguliere pijnstillers, zoals paracetamol en de NSAID's, omdat deze geen interacties met bovenvermelde supplementen aangaan. Op die manier kunt u op een natuurlijker wijze proberen de ontsteking in de gewrichten te verminderen en complicaties op lange termijn, zoals die optreden bij de NSAID's, proberen te voorkomen. Ook is het in de praktijk mogelijk om vervolgens het NSAID-gebruik te verminderen of af te bouwen en verdere orgaanschade te voorkomen. Houd echter wel rekening met mogelijke interacties met overige reguliere medicatie, zoals de bloedverdunders en in sommige gevallen chemotherapeutica.

Voor een goed en veilig advies kunt u altijd terecht bij een gespecialiseerd apotheker of deskundige.

[www.devitamineapotheek.nl](http://www.devitamineapotheek.nl)

De volledige bronvermelding bevat hyperlinks. Reden dat u deze op de website [www.orthofyto.com](http://www.orthofyto.com) vindt bij het betreffende artikel. Abonnees kunnen hier inloggen.