



Artrose

Pijnstilling in combinatie met optimale belasting van het gewricht



STAP 1



Gebruik als eerste paracetamol.

Bij kortdurend gebruik tot 4 keer per dag 2 tabletten. Na 3 maanden maximaal 3 keer per dag 2 tabletten.

STAP 2



Bij knie-artrose kunt u een gel voor op de huid met diclofenac gebruiken, in plaats van tabletten. Gels werken net zo goed maar hebben veel minder bijwerkingen en zijn daardoor veiliger.

Als u pijn houdt overleg dan met uw apotheker over het gebruik van ibuprofen, diclofenac of andere ontstekingsremmende pijnstillers in tabletvorm. U kunt deze medicijnen niet zomaar met andere medicijnen of aandoeningen gebruiken. Uw apotheker heeft een volledig overzicht van uw medicatie en kan dit voor u controleren.



Stap 3



Blijft u pijn houden overleg met dan uw huisarts.

Opiaten zijn niet effectief bij artrose en geven veel bijwerkingen.

Meer informatie vindt u op www.eerstelijnszorghaaksbergen.nl of vraag het uw zorgverlener