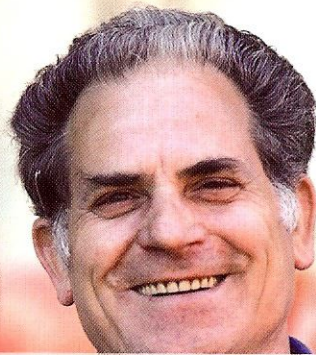


Als de jaartjes beginnen tellen



Iedereen kent het geluid wel van een krakend gewricht. Erger is het als die gewrichten pijn doen. Dan wordt bewegen een opgave in plaats van een zegen.

Een pijnstillende tablet doet de pijn vergeten, zodat we onze dagelijkse bezigheden kunnen blijven doen. Aan de oorzaak van de pijn verandert dit niets. Uw dokter zal u helpen het probleem uit te klaren: gaat het om een of andere vorm van reuma? Dat vraagt een aangepaste behandeling, mogelijks een doorverwijzing naar een specialist. U krijgt dan een behandeling op maat met pijnstillers en medicijnen die de ziekte afremmen of stoppen.

Vaak hebben we last van pijn in de gewrichten. Het kraakbeen is aan het wegslijten. Een ontstekingsremmer zoals ibuprofen verlicht de pijn onmiddellijk, maar de slijtage van het kraakbeen gaat verder. Bovendien kunnen ontstekingsremmers belangrijke bijwerkingen vertonen zoals maaglast.

De laatste jaren is er veel belangstelling voor glucosamine en chondroïtine. Ze remmen de afbraak van het kraakbeen in de gewrichten af. Daarbij veroorzaken ze minder de belastende bijwerkingen zoals ontstekingsremmers kunnen doen.

Glucosamine en Chondroïtine, zijn geen echte medicijnen, maar bouwstenen van het kraakbeen. De combinatie van deze twee bouwstenen is bovendien pijnstillend. Omdat het effect pas optreedt na een periode van ongeveer acht weken, moet u zo'n proefperiode wel doormaken. In die beginperiode kan een pijnstiller nog wel nodig zijn.

In de apotheek is er Glucosamine (-sulfaat of -chloridezout) in tabletten of oplosbaar poeder in zakjes beschikbaar: 1500 mg per dag. Ook een combinatie van Glucosamine met Chondroïtine staat ter beschikking, vooral doeltreffend tegen een pijnlijk gewricht: 1500 mg glucosamine en 1200 mg chondroïtine per dag. Eenmaal de pijn verdwenen kan u ofwel de combinatie blijven nemen, ofwel alleen het glucosamine.

Een proefperiode van ongeveer drie maand kan duidelijk maken of deze middelen voor u helpen.

Vraag ons naar de beste keuze voor u persoonlijk: we zullen u graag adviseren!

Vraag steeds advies wanneer u een zelfhulpmiddel wilt gebruiken!



Biocondil

Pompelmoessap sommige medicijnen sterker doet werken? Vraag meer uitleg aan uw **Braxburg**apotheker.