

Behandeling

De arts zal u bij een dosering van meer dan 7,5 mg prednis(ol)on per dag, welke u langere tijd zal moeten gebruiken, uit voorzorg ook botbeschermende medicamenten (bisfosfonaten) voorschrijven. Daarnaast schrijft hij soms ook calcium en/of vitamine D voor.

Met dank aan:

dr. A.C. Heijckmann, internist-endocrinoloog
ziekenhuis Bernhoven Veghel

Leefregels

Zelf kunt u in het dagelijks leven meehelpen aan gezonde en stevige botten door:

- lichamelijk actief te zijn (30 minuten bewegen per dag)
- voldoende calcium te consumeren: natuurlijk afhankelijk van het calciumgehalte in het bloed en de urine. Calcium zit met name in zuivelproducten (melk en kaas), maar ook in vruchtensap en groente
- voldoende vitamine D binnen te krijgen: onder invloed van zonlicht wordt dit in de huid omgezet in een stof die meehelpt bij de botombouw

Daarom is het belangrijk om:

- voldoende buiten te zijn (minimaal 10 tot 15 minuten per dag)

Meer informatie over sarcoïdose in de brochure:

‘Sarcoïdose, informatie voor de patiënt’

Kijk ook op: www.sarcoidose.nl



Sarcoïdose Belangenvereniging Nederland
VU-ziekenhuis, Hoogbouw kamer H309
postbus 7057, 1007 MB Amsterdam
telefoon: 020 444 32 04
info@sarcoidose.nl

tekst: Ingrid Korenromp, 2009

Sarcoïdose & het bot



Sarcoïdose

& het bot



Botproblemen bij sarcoïdose kunnen ontstaan door de ziekte zelf en door langdurig medicijngebruik. Beide kunnen leiden tot botontkalking.

Wat zijn botten?

Het menselijk skelet telt ongeveer 200 botten. Ze geven het lichaam stevigheid en fungeren als kapstok voor de spieren. Hoewel het bot hard is en een vaste vorm heeft, is het een zeer levend weefsel dat actief op prikkels van buitenaf reageert. Dat blijkt wel uit het vermogen om te herstellen na een botbreuk. Maar ook onder normale omstandigheden wordt voortdurend nieuw botweefsel aangemaakt en oud weefsel afgebroken. Zo wordt het bot gedurende het hele leven steeds vernieuwd.

De balans tussen opbouw en afbraak is echter per leeftijdsgroep verschillend. Bij kinderen in de groei wordt er meer botweefsel aangemaakt dan afgebroken. Op oudere leeftijd is dit juist andersom: er wordt meer afgebroken dan aangemaakt. Tussen het twintigste en dertigste levensjaar bereiken de botten hun maximale massa.

Naast deze balans tussen opbouw en afbraak, is de kwaliteit van het bot belangrijk. De botstructuur moet stevig zijn. Erfelijkheid, voeding, lichaamsbeweging en zonlicht dragen hieraan bij.

Sarcoïdose is een ziekte waarbij ontstekingen ontstaan in verschillende organen van het lichaam. De witte bloedcellen die zich daarbij ophopen (ook wel granulomen genoemd) kunnen ertoe leiden dat die organen niet goed werken. De ziekte treft vooral mensen tussen de 20 en 40 jaar. Bij de meeste patiënten verdwijnt de sarcoïdose na een paar jaar. De oorzaak van sarcoïdose is onbekend en er bestaat geen geneesmiddel voor.

Wat is botontkalking?

Botontkalking (osteoporose) is een aandoening van het gehele skelet waarbij de botmassa is afgenomen en de botstructuur is veranderd. Hierdoor wordt het bot minder sterk en breekt het makkelijker. Botontkalking is een natuurlijk proces dat met de leeftijd toeneemt. Bij vrouwen kan het versneld optreden na de overgang.

Ook verschillende ziekten kunnen tot botontkalking leiden. Sarcoïdose is daar één van. Ook het langdurig gebruik van hoge dosering corticosteroiden kan een oorzaak zijn.

Corticosteroiden

Ongeveer de helft van de sarcoïdose patiënten krijgt corticosteroiden (prednison of prednisolon) voorgeschreven om de ontstekingen van de sarcoïdose te onderdrukken. Zij moeten deze medicijnen meestal langdurig, in hoge dosering gebruiken. Dit kan vervolgens leiden tot verschillende bijwerkingen, waaronder botontkalking.

Welke botten?

In principe worden alle botten aangedaan, maar vooral de botten van de onderrug (lumbale wervelkolom) en de pols (distale radius) reageren snel op het gebruik van hoge doseringen corticosteroiden. Dat gebeurt vooral in de eerste maanden na de start van de medicatie.

Speciale onderzoeken

DEXA (Dual Energy X-ray Absorptiometry) scan: meet de botmineraaldichtheid met behulp van röntgenstralen. Deze meting is nodig om botontkalking (osteoporose) aan te tonen. Omdat botontkalking op zich geen klachten geeft en een botbreuk regelmatig de eerste aanwijzing is, kan de arts dit onderzoek ook uit voorzorg aanvragen.

Röntgenfoto van de rug: de wervels worden in kaart gebracht om te bekijken of er eventueel al wervelinzakkingen (breuken) bestaan door verminderde botsterkte.

Calcium bepaling: door de sarcoïdose kan de calciumhuishouding gestoord zijn. Indien nodig zal de arts daarom het calciumgehalte in het bloed en de urine controleren.

Vitamine D bepaling: ook de vitamine D spiegels kunnen bij sarcoïdose zijn veranderd. Daarom zal de arts eventueel uw bloed laten controleren op vitamine D.

het bot

