

apotek

Gigt



SLIDGIGT

Slidgigt (artrose) er den hyppigste form for gigt. Omkring halvdelen af den voksne befolkning over 40 år har tegn på slidgigt i et eller flere led – og alle får det, hvis de lever længe nok.

Slidgigt rammer ofte led med stor belastning. Hyppigst i tommelfinger, storetå, hofte og knæ.

Der kan være mange grunde til, at du får slidgigt. Det kan blandt andet være arv, tungt og ensidigt belastende arbejde, fysisk inaktivitet og manglende træning, overvægt og tidlige skader i bevægeapparatet – for eksempel sportsskader.

Medfødte gigt- og ledsygdomme som leddegigt, urinsyregigt og psor-

riasisgigt samt udtalt hypermobilitet kan også være medvirkende årsager til, at du får slidgigt.

Ved slidgigt er brusken i et led mellem to knogler slidt eller beskadiget. Den er ikke glat og smidig, men ru og revnet. Med tiden vil der blive dannet knogleudvækster på ydersiden af leddene, så knogleenderne i leddet bliver tykkere og fladere, og leddets udseende forandrer sig.

Hvis et led med slidgigt overbelastes, kan der komme en inflammationstilstand i leddet, og du vil opleve, at det bliver ømt, rødt, varmt og hævet.



LEDDEGIGT

Omkring 35.000 danskere har leddegigt. Leddegigt forekommer cirka tre gange så hyppigt hos kvinder som hos mænd. Sygdommen opstår oftest i 40-60-års-alderen, men også børn og ældre kan få leddegigt.

Leddegigt er en sygdom i immunforsvaret. Din krops immunforsvar overreagerer og bekæmper ved en fejl kroppens egne celler i leddene. Årsagen kendes ikke med sikkerhed.

Ved leddegigt er der kronisk inflammation, det vil sige inflammation, som altid er til stede i leddene.

Sædvanligvis angribes flere og flere led, og du vil opleve, at der kan opstå varige skader i de angrebne led.

Det er hyppigst dine håndled, fingrenes grund- og mellemlid og tærne, der angribes af leddegigt.

Der er en høj grad af symmetri i sygdommen, sådan at højre og venstre side af kroppen angribes inden for få måneder. Det vil sige, at hvis du bliver ramt i venstre håndled, rammes du også i højre håndled.

SYMPTOMER PÅ SLIDGIGT

- o Smerter.
- o Ømhed.
- o Stive led.
- o Knæsen og skurren i leddet.
- o Hævede og ømme led, hvis der indtræder inflammation (betændelse) i leddet.

SYMPTOMER PÅ LEDDEGIGT

- o Morgenstivhed i leddene i mere end 60 minutter.
- o Led smerter i aktivitet og hvile.
- o Inflammation i leddene (rødme, hævelse, varme og smerte).
- o Nedsat bevægelighed i leddet.
- o Almene symptomer: træthed, let feber og vægttab.

MEDICIN MOD SLIDGIGT

Medicin mod slidgigt skal først og fremmest lindre smerter. Sædvanligvis anvendes smertestillende tabletter med paracetamol.

Hvis den smertestillende effekt af paracetamol ikke er tilfredsstillende, kan du sammen med din læge overveje anden behandling.

Her vil lægen oftest vælge tramadol, som efterligner virkningen af de smertehæmmende stoffer, som kroppen selv producerer (endorfiner), hvorved smerten nedsættes.

Midler inden for NSAID-gruppen (non-steroide antiinflammatoriske stoffer) fx ibuprofen eller acetylsalicylsyre bør ikke anvendes uden

aftale med din læge, da de kan have alvorlige bivirkninger.

Den hyppigste bivirkning er irritation af maveslimhinden og øget tendens til mavesår. Denne bivirkning forekommer hyppigere, jo ældre du er. Endvidere kan NSAID øge risikoen for hjerte-kar-sygdom og nyresygdom.

NSAID findes også som cremer eller geler til at smøre på huden over de angrebne led. De virker ikke så effektivt som tabletter, men har færre bivirkninger.

GODT AT HUSKE ...



App'en Medicinhusker hjælper dig med at tage din medicin til tiden.



Spørg personalet på apoteket, hvordan du skal tage din medicin.



Læs på indlægssedlen, hvordan din medicin skal opbevares.



Er du i fast behandling, kan du opleve, at din medicin skifter navn. Indhold og virkning er uændrede.

MEDICIN MOD LEDDEGIGT

Medicinsk behandling af leddegigt har som mål hurtigst muligt at bremse udviklingen af de skader på leddene, som opstår på grund af kronisk inflammation.

Medicinen deles op i to grupper: midler, der dæmper inflammation, og midler, der mindsker sygdommens aktivitet og bremser immunforsvaret. Sidstnævnte består ligeledes af to grupper: de langsomtvirkende og de biologiske midler.

Midler, der dæmper inflammation, bruges, når du oplever forværring af sygdommen. Her vil brug af binyrebarkhormon kunne komme på tale. Bivirkningerne afhænger af daglig dosis og af, hvor længe behandlingen varer. Spørg på apoteket,

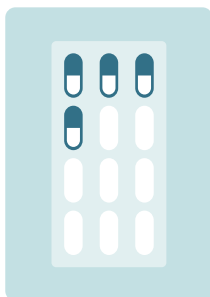
hvis du vil vide mere om bivirkningerne ved netop din medicin.

De langsomtvirkende midler virker efter et par måneder ved at hæmme inflammationen i leddene og forstyrrelserne i immunforsvaret. De mindsker morgenstivhed og giver færre ømme og hævede led.

De biologiske midler er rettet mod de stoffer i leddet, som medvirker til at fremkalde sygdommen. Derved bremses inflammationen, og ledskader forebygges.

Hvis du vil vide mere om smertestillende medicin mod leddegigt, kan du også spørge på apoteket og læse afsnittet om medicin mod slidgigt i denne brochure.

... OG SPØRG APOTEKET, HVIS DU ER I TVIVL



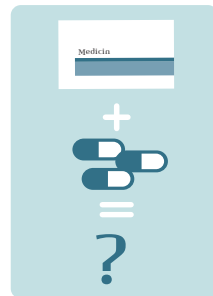
Undlad at ændre i din medicin uden aftale med lægen.



Husk at tjekke, om din medicin er trafikfarlig. Det står på indlægssedlen.



Apoteket beregner automatisk dit medicintilskud.



Fortæl altid personalet på apoteket, hvis du tager flere forskellige slags medicin eller kosttilskud.

GODE RÅD OM GIGT

Både slidgigt og leddegigt er kroniske sygdomme, der ofte kræver livslang behandling. Der er dog en del ting, du selv kan gøre for at få det bedre:

- o Hold dig i god fysisk form. Fysisk aktivitet og træning af de muskler, der styrer leddets bevægelser, kan nedsætte smerter og bedre bevægeligheden betydeligt. Fysioterapeuter tilbyder træning og uddannelse.
- o Pas på ikke at overbelaste leddene. Få eventuelt vejledning om din træning fra en fysioterapeut, så du undgår skader.
- o Tilpas træningen til din formåen. Få eventuelt hjælp af en fysioterapeut til at sammensætte et passende træningsprogram.
- o Spis sundt og varieret. Spis gerne mange grøntsager og fisk.
- o Undgå undervægt ved leddegigt.
- o Undgå overvægt ved slidgigt.
- o Husk at hvile dig, når du har behov for det.
- o I nogle tilfælde kan gigtmedicin være vanskelig at få ud af emballagen. Fortæl på apoteket, hvis det er et problem for dig.



SØG LÆGE, HVIS:

- o et eller flere led hæver eller bliver røde eller ømme.
- o dine symptomer på gigt ændrer sig.
- o nye symptomer opstår.
- o du har problemer med dine lægemidler, for eksempel bivirkninger eller praktiske problemer.
- o du har behov for mere smertestillende medicin end tidligere.
- o du oplever generende bivirkninger ved din medicin.
- o du er gravid – eller ønsker at blive det.

apotek

VARENR.: 803373 04/17

PÅ APOTEKET

På apoteket kan du få hjælp til og rådgivning om alle typer medicin. Alt personale er faguddannet og kan blandt andet svare på spørgsmål om recept- og håndkøbsmedicin, bivirkninger og medicin til børn og fortælle hvad du skal være

opmærksom på, hvis du for eksempel tager flere forskellige typer medicin samtidig. Apoteket er stedet, hvor du køber din medicin.

Læs mere på apoteket.dk, eller spørg på apoteket.