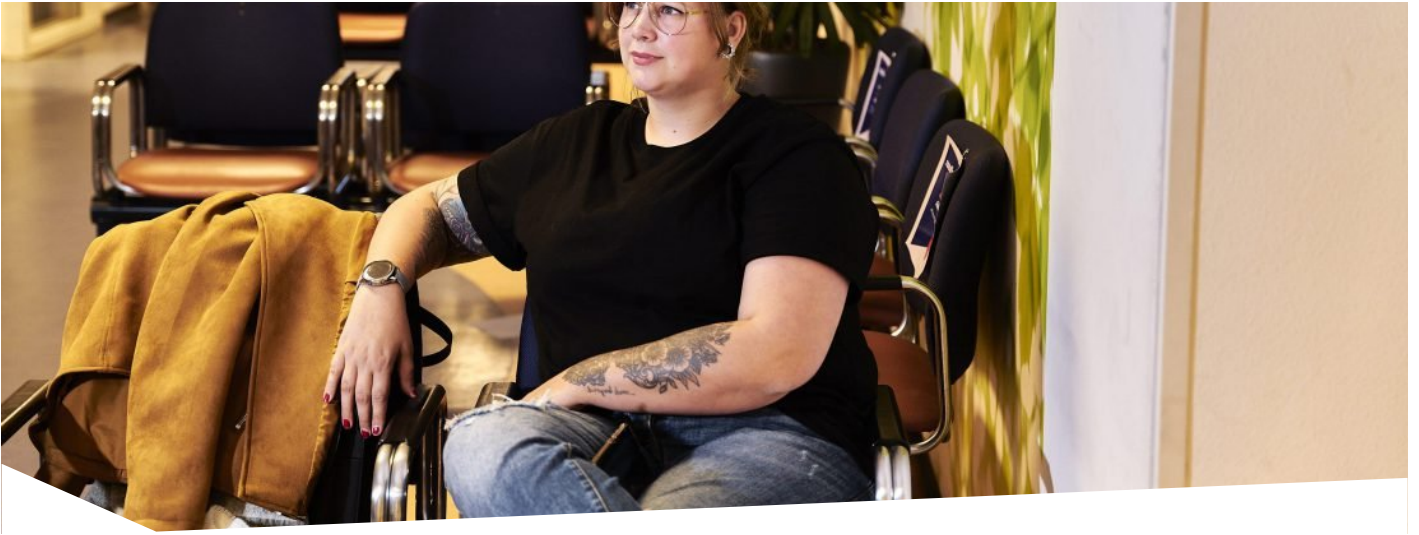




Zorgpad Artritis

Er is bij jou artritis geconstateerd; een chronische ontstekingsziekte. Het is goed om te weten dat er tegenwoordig goede behandelingen mogelijk zijn er een team van deskundigen voor je klaar staat. Het doel van de behandeling is de ziekte zo veel mogelijk tot rust te brengen.

Het Zorgpad Artritis is opgezet om jou gedurende het eerste jaar na de diagnose regelmatig te zien. Elke drie maanden heb je een afspraak met de reumaverpleegkundige en/of de reumatoloog. Bij elk bezoek wordt gekeken hoe actief jouw reuma is. Dit wordt bepaald met behulp van de 'disease activity score' (DAS), die gebaseerd is op het aantal pijnlijke en gezwollen gewrichten, hoe je je voelt door de gewrichtsklachten en een ontstekingswaarde in jouw bloed. Ook word je gevraagd om voor elk bezoek een vragenlijst in te vullen, de RAPID3-vragenlijst. Daarin kan je jouw behandelaar informatie geven over jouw gezondheid, zoals pijn, vermoeidheid, functioneren en hoe je je over het algemeen voelt. Deze gegevens zijn belangrijk om de voortgang van de ziekte te meten en indien nodig jouw behandeling aan te passen.

Reumatoïde Artritis

Artritis is een auto-immuunziekte: het afweersysteem keert zich tegen het eigen lichaam. Lees meer over het ziektebeeld.

[Leer meer over Reumatoïde Artritis](#)

[Bekijk Zorgpad Artritis op YouTube](#)

Start zorgpad Artritis

Het zorgpad start gemiddeld binnen twee weken na de diagnose. Je doorloopt een traject waarin een aantal afspraken gepland worden met de reumatoloog en reumaverpleegkundige.

● 1e afspraak na de diagnose

○ Reumaverpleegkundige (duur 60 minuten)*

Tijdens het gesprek met de reumaverpleegkundige krijg je informatie over je aandoening en de medicijnen die je gebruikt. De verpleegkundige meet je bloeddruk, lengte en gewicht en beoordeelt je gewrichten (DAS). Indien nodig wordt er bloed afgenomen en worden er onderzoeken zoals een botdichtheidsscan en röntgenfoto's gedaan. Ook bespreekt de verpleegkundige de RAPID3-vragenlijst met je. Het is belangrijk om 4, 8 en 12 weken na de start met de medicatie een bloedafname te doen. Na deze afspraak kun je Methotrexaat ophalen bij de Reade apotheek. De Methotrexaat wordt per 4 weken uitgegeven in de eerste 3 maanden. Daarna krijg je per 3 maanden medicatie mee.

● 2e afspraak na 4 weken

○ Reumaverpleegkundige (duur 30 minuten)

Tijdens de afspraak krijg je aanvullende informatie en de mogelijkheid om vragen te stellen. De medicatie wordt beoordeeld, je gewrichten worden beoordeeld (DAS) en je gaat langs het lab om bloed te laten afnemen. Er wordt ook gesproken over de RAPID3-vragenlijst en hoe het met je dagelijks functioneren gaat, zoals werk, sport en huishouden. Als het relevant is voor jou, ontvang je informatie over [reumarevalidatie](#). Je kan Methotrexaat ophalen voor week 4 tot en met week 8 bij

● Na 8 weken

- Bloedafname bij Reade zonder afspraak, waarna je Methotrexaat van week 8 tot en met week 12 op kan halen.

● 3e afspraak na 3 maanden

○ Reumaverpleegkundige (duur 30 minuten)

Jouw gewrichten worden beoordeeld (DAS) en je gaat [langs het lab om bloed te laten afnemen](#). Eventuele bijwerkingen van de medicatie worden besproken. Bij dit bezoek kun je Methotrexaat ophalen voor 3 maanden gebruik. Vanaf nu wordt de medicatie per 3 maanden uitgegeven.

● 4e afspraak na 3,5 maand

○ Reumatoloog (duur 12 minuten)

De reumatoloog bekijkt samen met jou onder andere de RAPID3-vragenlijst, de uitslagen van onderzoek en het effect van de medicatie en geeft eventueel opnieuw recepten mee.

● 5e afspraak na 6 maanden

○ Reumaverpleegkundige (duur 30 minuten)

Tijdens de afspraak worden je gewrichten beoordeeld (DAS) en wordt er bloed afgenomen. We bespreken ook of je nog vragen hebt en of je ondersteuning nodig hebt.

Daarnaast wordt er een voorscreening op hart- en vaatziekten gedaan. We stellen aan de hand van drie vragen vast of een screening op hart- en vaatziekten voor jou nuttig is. Als dat het geval is, worden extra bloedwaarden bepaald om de screening uit te voeren. De uitslag wordt naar jouw adres en dat van je huisarts gestuurd, zodat je indien nodig een afspraak kan plannen bij de huisarts.

● 6e afspraak na 6,5 maand

○ Reumatoloog (duur 12 minuten)

De reumatoloog bekijkt samen met jou onder andere de RAPID3-vragenlijst, de uitslagen van onderzoek en het effect van de medicatie en geeft eventueel opnieuw recepten mee.

● Na 9 maanden

- Bloedafname ter controle.

● 7e afspraak na 9,5 maand

○ Reumatoloog (duur 12 minuten)

De reumatoloog bekijkt samen met jou onder andere de RAPID3-vragenlijst, de

uitslagen van onderzoek en het effect van de medicatie en geeft eventueel opnieuw recepten mee.

● 8e afspraak na 12 maanden

○ Reumaverpleegkundige (duur 30 minuten)

Tijdens de afspraak wordt de medicatie geëvalueerd en worden je gewrichten beoordeeld (DAS). Er wordt bloed afgenomen en er worden röntgenfoto's gemaakt van je handen en voeten. We bespreken ook hoe het met je dagelijks functioneren gaat, zoals werk, sport en huishouden. Als dat relevant is voor jou, ontvang je informatie over [reumarevalidatie](#).

● 9e afspraak na 12,5 maand

○ Reumatoloog (duur 12 minuten)

De reumatoloog bekijkt samen met jou onder andere de RAPID3-vragenlijst, de uitslagen van onderzoek en het effect van de medicatie en geeft eventueel opnieuw recepten mee.

Na het eerste jaar

Na het eerste jaar van ziekte bezoek je meestal twee keer per jaar de reumatoloog als je ziekte rustig is. Er is een mogelijkheid om daarna de arts en verpleegkundige om en om te blijven zien. Natuurlijk kan er afgeweken worden van het schema als dat nodig is. Extra afspraken, onderzoeken en foto's kunnen gemaakt worden op verzoek van je behandelend reumatoloog en/of jezelf.

Medicijnen

Medicijnen vormen een belangrijk middel om de ontstekingen af te remmen en de pijn te verminderen. In overleg met de reumatoloog start je met medicijnen.

Verschillende typen

Er zijn verschillende typen medicijnen zoals

- Ontstekingsremmende pijnstillers (NSAID's);
- Klassieke reumaremmers (DMARD's);
- Biologicals.

De medicijnen haal je bij de hierin gespecialiseerde Reade Apotheek of bij jouw eigen apotheek. Aanvullende informatie over de medicatie krijgt u via de apotheker-assistente en de reumaverpleegkundige.

DMARD

Meestal wordt gestart met een reumaremmers, een zogenaamde DMARD (afkorting van disease modifying antirheumatic drug). Er bestaan verschillende conventionele DMARD's. Het meest bekende medicijn is methotrexaat (MTX). Het duurt meestal 2 tot 3 maanden voordat een DMARD effect heeft. Daarom wordt het voorgeschreven in een opbouwschema, vaak in het begin gecombineerd met het snelwerkende medicijn prednison. Dit noemen we het COBRA-light schema. Beide middelen kunnen bijwerkingen veroorzaken en daarom krijg je samen met deze medicijnen ook andere medicijnen of vitamines voorgeschreven om bijwerkingen tegen te gaan.

Als je begint met MTX en prednison krijg je van de apotheek een medicijnschema mee. Het is handig om gebruik te maken van een afstreeplijst om vergissingen te voorkomen. Voor vragen of overleg over bijwerkingen kun je altijd terecht bij de apotheek of de reumaverpleegkundige.

Als DMARD's, eventueel in combinatie, onvoldoende werken of er te veel bijwerkingen optreden wordt een biological voorgeschreven. Een biological remt een specifieke eigenschap van het afweersysteem zodat ontstekingen alsnog afnemen.

Biologicals

Een biological remt een specifieke eigenschap van het afweersysteem zodat ontstekingen alsnog afnemen.

Biologicals worden via (zelf)injectie of infuus toegediend. Als de reumatoloog een biological voorschrijft zal je door een biopoli-arts van Reade (locatie Jan van Breemen) gezien worden voor controle screening en voorlichting. Diezelfde dag krijg je uitleg van de apotheek en prikinstructie (voor zelfinjectie met pen) van de doktersassistente. Of je krijgt een afspraak voor de dagbehandeling als het gaat om medicatie via het infuus.

Een maand na de start word je gebeld om te vragen hoe het met je gaat en of er bijwerkingen zijn. Drie tot vier maanden na de start van nieuwe medicatie volgt een controle afspraak om te beoordelen of het medicijn aanslaat.

Indien de verschillende biologicals niet effectief blijken, kan een synthetische DMARD (JAK remmer) worden overwogen.

Lees de bijgeleverde medicijnfolders van de apotheek aandachtig door. Wees bewust van:

- De werking en mogelijke bijwerkingen van de medicatie.
- De manier van inname.
- Het langdurig gebruik.
- Bloedafnamemomenten na de start van de medicatie.

Als je begint met MTX en prednison (het COBRA-schema) dan krijg je van de apotheek een medicijnschema mee. Het is handig om gebruik te maken van een afstreeplijst om vergissingen te voorkomen. Bij vragen of overleg over bijwerkingen kan je altijd terecht bij de apotheek of bij de reumaverpleegkundige (dagelijks telefonisch).

Kan ik een grieprik, coronaprik of pneumokokkenvaccin veilig nemen als ik biologicals of andere reumamedicijnen gebruik?

Als je reumamedicijnen gebruikt, kun je de grieprik, coronaprik of pneumokokkenvaccin veilig laten zetten.

Gebruik je **biologicals**? Dan is het advies om de vaccinatie niet op dezelfde dag te laten zetten als dat je de biological gebruikt. Gebruik je een biological via een infuus op de dagbehandeling? Voor de werkzaamheid van de prikken is het dan het beste om tussen 2 infusen jezelf te laten vaccineren.

Gebruik je **rituximab** via een infuus? Dan adviseren we 4 weken vóór het infuus de prik(ken) te halen. Is dit niet mogelijk? Dan 2 maanden na het infuus.

Bij de overige vaccins moet vooraf contact opgenomen worden met de apotheek van Reade of met de reumaverpleegkundigen om na te gaan hoe en wanneer ze kunnen worden behandeld. Ook voor aanvullende vragen kun je contact opnemen met een apotheekmedewerker, reumaverpleegkundige of jouw behandelend arts.

[Contact gegevens apotheek Reade](#)

[Contactgegevens Service & Planning \(voor contact met de reumaverpleegkundigen\)](#)

Leefstijl



Leefstijl is van groot belang. Naast de behandeling met medicijnen kan je zelf een bijdrage leveren aan het verminderen van de ziekteactiviteit.

> [Bekijk leefstijladviezen voor mensen met reuma](#)

Wat is belangrijk bij vaccinaties?

Wanneer je van plan bent op reis te gaan, ga dan na of er vaccinaties noodzakelijk zijn. Vaccinaties met een levend (verzwakt) virus mogen niet gegeven worden als je sommige DMARD's of een biological gebruikt. Bij vragen over vaccinaties kan je ook contact opnemen met de GGD of met het Tropicentrum Amsterdam UMC.

Heb je een kinderwens?

Indien je een zwangerschap overweegt, of al zwanger bent, informeer dan jouw reumatoloog hierover. De reumamedicatie kan invloed hebben op het ongeboren kind en dit moet je vooraf met de reumatoloog bespreken. Daarnaast kan bepaalde medicatie zorgen voor een verminderde vruchtbaarheid bij de man.

Clïëntportaal MijnReade

In ons cliëntportaal MijnReade kun je onder andere laboratoriumuitslagen inzien en herhaalrecepten aanvragen. Ook kun je de vragenlijst RAPID3 invullen en specifieke gegevens inzien.

> [MijnReade](#)

Aanvullende informatie

Zijn er nog andere medisch specialisten bij de behandeling betrokken?

Bij het krijgen van een oogontsteking, huid- of darmziekte dan word je doorverwezen naar een oogarts, dermatoloog of MDL-arts (maag, darm en lever).

Wat kan ik doen als ik problemen krijg met het uitvoeren van mijn werk?

Veel mensen met reuma krijgen te maken met problemen op werk, omdat ze door gezondheidsklachten het werk niet meer kunnen uitvoeren zoals zij gewend waren. Blijf er niet mee zitten, maar bespreek het met jouw werkgever, arbo-arts en collega's. Je bent niet verplicht om op jouw werk te melden dat je artritis hebt. Het is wel van belang om het bespreekbaar te maken zodat jouw werkzaamheden (tijdelijk) kunnen worden aangepast. Je kunt het ook met jouw reumatoloog of reumaverpleegkundige bespreken. Bij vragen over jouw rechten kun je kijken op de website van het [UWV](#) en het [poortwachtersloket](#). Informatieve websites over werk en reuma zijn:

- bureauvolzin.nl
- werkenchronischziek.nl
- fitforworknederland.nl

Is er een patiëntenvereniging?

Ja, de [Nationale Vereniging ReumaZorg Nederland](#) en reuma.nl zijn landelijke patiëntenorganisaties, die opkomen voor de belangen van alle mensen met een reumatische aandoeningen. Ook is er een [plaatselijke vereniging](#) voor mensen uit Amsterdam en omgeving.

Ondersteunende zorg



Expertiseteam Handen



Expertiseteam Artritis



Apotheek



Gezonde leefstijl voor mensen met reuma



Laboratorium



Reumarevalidatie

Relevant onderzoek



Cardiovasculaire comorbiditeit bij reuma



Plants for Joints

Meer over zorgpad

reumazorgnederland.nl

reuma-amsterdam.nl

werkenchronischziek.nl

bureauvolzin.nl

fitforworknederland.nl



Heb je een vraag over Reade? Onze klantenservice helpt je verder.

T (020) - 242 10 00 | klantenservice@reade.nl