

# Langdurig gebruik van PPI's, een goed idee?

## De nadelen van langdurig PPI-gebruik

Gebruik PPI's met zorg: langdurig gebruik kan gepaard gaan met ernstige ongewenste effecten, o.a.:

- **Nierlijden:** Acute interstitiële nefritis, acute en chronische nierinsufficiëntie.
- **Gastro-intestinale infecties:** o.a. met Clostridium difficile, en een verhoogd risico van reizigersdiarree.
- **Vitamine B12-deficiëntie:** door malabsorptie.
- **Hypomagnesiëmie:** door malabsorptie.
- **Osteoporose en fractures:** bij volwassenen.

PPI's kunnen de werking van andere geneesmiddelen beïnvloeden. Enkele voorbeelden:

PPI	Interactie	Advies
Alle PPI's	<b>Verminderde opname</b> van itraconazol, ijzer, levothyroxine, rilpivirine, bepaalde protease-inhibitoren en proteïnekinase-inhibitoren	PPI (tijdelijk) stoppen
Omeprazol Esomeprazol	<b>Verminderde werking</b> van clopidogrel	omeprazol en esomeprazol vermijden
Alle PPI's	<b>Verhoogde toxiciteit</b> van hoge doses methotrexaat	PPI (tijdelijk) stoppen

## Wanneer kan je PPI's afbouwen?

Sommige patiënten hebben PPI's langdurig nodig, zoals:

- bij **maagbescherming** bij chronisch NSAID-gebruik.
- bij **specialistische diagnoses** (zoals het Zollinger-Ellisonsyndroom, Barrett oesofagus, ernstige erosieve oesofagitis).

### Wanneer wél proberen afbouwen?

Als er geen absolute indicatie is om continu een PPI te nemen én de klachten zijn onder controle.

## Hoe bouw je PPI's af?

### 1. Controleer de medicatielijst

Neemt je patiënt geneesmiddelen die maaglast veroorzaken? Kunnen ze gestopt of vervangen worden door een alternatief?

Denk aan NSAID's, acetylsalicylzuur, bisfosfonaten, antibiotica, antidepressiva, GLP-1-analogen, enz.

---

### 2. Overweeg levensstijl-aanpassingen

Overleg met je patiënt welke maatregelen in hun specifieke situatie zinvol kunnen zijn.

- **Stoppen met roken.**
  - **Gewicht verliezen bij overgewicht.**
  - **Voeding** vermijden die klachten uitlokt.
  - **Niet te veel eten.**
  - **Niet eten voor het slapengaan.**
  - Het **hoofdeinde** van het bed verhogen.
  - Slapen op de **linkerzij**.
  - **Stress** verminderen.
- 

### 3. Geef informatie over rebound-reflux

- Informeer je patiënt dat de refluxklachten **tijdelijk kunnen toenemen** na het stoppen van de PPI.
  - Adviseer een **geleidelijke afbouw** van de PPI om rebound-symptomen te beperken. Abrupt stoppen wordt afgeraden.
  - Geef je patiënt mee dat een **antacidum zo nodig** gebruikt kan worden om klachten tijdelijk te verlichten.
- 

### 4. Plan de afbouw samen met je patiënt

Een eenvoudig en kort voorbeeldschema zou kunnen zijn:

- halveer de dosis elke week totdat een halve standaarddosis\* wordt bereikt
- stop deze na 1 week helemaal.

*\*Een standaarddosis: omeprazol 20 mg 1x/dag, esomeprazol 20 mg 1x/dag, of pantoprazol 40mg 1x/dag.*

**Pas de duur en snelheid van afbouw aan in overleg met je patiënt.**

Overweeg je patiënt op volgen tijdens de afbouw en na de stop. Spreek in elk geval af je patiënt terug te zien bij aanhoudende klachten.

## Als volledig stoppen niet mogelijk is, probeer dan:

- **on-demand gebruik** (start bij refluxklachten, stop bij goede symptoomcontrole).
- **de laagst mogelijke effectieve dosis** te gebruiken.

## Heeft je patiënt nog steeds klachten?

- Overweeg een *H. pylori* test. Behandel als deze positief is.
- Blijf alert voor alarmsymptomen die kunnen wijzen op maligniteit (zoals dysfagie, vermagering of bloedingen), en stuur door naar een specialist indien nodig.

## Zijn de klachten onder controle?

Blijf periodiek nagaan of verdere afbouw of stoppen haalbaar is.



## Samenwerking arts-apotheker

### Tips voor artsen

- Communiceer het behandelingsplan duidelijk, bijvoorbeeld door op het voorschrift te vermelden: "PPI in afbouw" of "on demand".

### Tips voor apothekers

- Vraag de patiënt naar de indicatie en het behandelplan.
- Voor patiënten die PPI's afbouwen: leg uit wat rebound-reflux is, hoe antacida kunnen helpen en hoe ze hun afbouwschema goed kunnen uitvoeren.
- Informeer patiënten die on-demand PPI's gebruiken over het correcte gebruik.