Behandeling

Prednison/prednisolon bij longziekten

Voor een behandeling van uw longziekte met prednison/prednisolon, is het belangrijk dat u een aantal dingen over dit medicijn weet.

Daardoor kunt u dit medicijn op de juiste manier gebruiken. Hier vindt u alle belangrijke informatie over het gebruik van prednison/prednisolon.

(073) 553 24 63
Maandag t/m vrijdag 8.30 - 17.00 uur

Hoe verloopt de behandeling?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over de behandeling

Wat is prednison/prednisolon?

Dit medicijn is een corticosteroïd, dat ontstekingen remt. Uw lichaam maakt zelf corticosteroïden aan in de bijnieren. Het werkt ongeveer op dezelfde manier als de corticosteroïden die uw eigen lichaam aanmaakt. Dit medicijn kan uw longziekte niet genezen, maar wel onderdrukken.

Hoe gebruikt u prednison/prednisolon?

Meestal krijgt u dit medicijn als tablet. Het kan ook zijn dat u dit medicijn als drank of via een infuus krijgt. U hoort van uw arts wat u krijgt. De hoeveelheid van het medicijn die u arts voorschrijft hangt af van de ziekte die u heeft, en ook van de ziekteactiviteit.

Wat is het effect?

Dit medicijn werkt binnen 24 uur maar het duurt meestal langer voordat u het effect ervan merkt. Uw arts schrijft dit medicijn meestal voor een langere periode voor bij uw longziekte.

Geneesmiddelen en milieu

Geneesmiddelen en milieu

- Bestel niet meer medicijnen dan u denkt nodig te hebben.
- Spoel medicijnen niet door de gootsteen of de WC en gooi ze niet in de vuilnisbak.
- Lever oude medicijnen in bij de apotheek als u ze niet meer gebruikt. Als u medicijnen op de juiste manier afvoert, worden ze op een verantwoorde manier vernietigd en komen ze niet in het milieu terecht.

Betrouwbare informatie over medicijnen nodig?

Kijk hiervoor op www.apotheek.nl (https://www.apotheek.nl/)

Bijwerkingen

Tijdens de behandeling met prednison/prednisolon kunt u last krijgen van bijwerkingen. Dit komt vooral voor bij langer gebruik en/of een hogere dosering. Maar ook bij lage doseringen (10 mg per dag of minder) kunt u last krijgen van bijwerkingen.

Lees voordat u dit medicijn gaat gebruiken ook de bijsluiter van de apotheek. Daarin staan alle bijwerkingen van het medicijn.

Wat zijn de belangrijkste bijwerkingen?

- Een gezwollen gezicht (vollemaansgezicht).
- U krijgt meer eetlust, waardoor u mogelijk aankomt in gewicht.
- Langzamere genezing van wonden.
- U kunt sneller blauwe plekken krijgen.
- Soms veroorzaakt prednison een dunnere, glimmende (perkamentachtige) huid.
- Vasthouden van vocht. U merkt dit aan uw enkels die dikker kunnen worden.
- Hogere bloeddruk. Na een aantal weken kunt u dit laten controleren bij uw huisarts.
- Een gejaagd/hyperactief gevoel.
- Slaapproblemen, zoals vroeg wakker worden. Neemt u daarom het medicijn altijd ‘s ochtends in.
- Hogere bloedsuikers. Laat uw bloedsuiker controleren bij uw huisarts. Dit kan 1 tot 2 weken nadat u gestart bent met prednison/prednisolon. Afhankelijk van de uitslag bespreekt de huisarts met u of en hoe vaak controle nodig is.
- Buikpijn en misselijkheid.
- Soms kan het gebruik van prednison/prednisolon een maagzweer of een maagbloeding veroorzaken. Daarom schrijft uw arts ook een maagbeschermer voor. Overleg met uw arts als u in het verleden een maag- en/ of darmzweer heeft gehad.
- Verandering in gevoel of stemming.
- Verhoogde kans op een infectie zoals griep, bronchitis, long- of blaasontsteking of wondroos.

Welke bijwerkingen komen voor na langere tijd?

- Verhoogde kans op botontkalking (osteoporose). Daardoor heeft u meer kans op een botbreuk en het inzakken van wervels van de wervelkolom. Dit komt doordat de hoeveelheid kalk in uw botten vermindert. Om dit te voorkomen schrijft uw arts u een medicijn voor dat uw botten beschermt. U krijgt ook extra calcium en vitamine D. Dit houdt u botten stevig.
- Spierzwakte.
- Staar.

Waarom mag u niet ineens stoppen met prednison/prednisolon?

Als u last heeft van bijwerkingen, stop dan nooit direct met het gebruik van dit medicijn. Neem altijd eerst contact op met uw longarts of huisarts.

Als u dit medicijn gebruikt gaan uw bijnieren namelijk minder corticosteroïden maken. Zolang u dit medicijn gebruikt is dat geen probleem. Wanneer u direct stopt met het gebruik ontstaat er een tekort aan corticosteroïden. De bijnieren kunnen niet zo snel weer starten met aanmaken hiervan. Vooral als u dit medicijn langere tijd gebruikt. Dat kan tot levensgevaarlijke situaties leiden.

Als uw longarts u langzaam aan steeds minder van het medicijn voorschrijft, gaan uw bijnieren weer normaal werken.

Hoe houdt u een gezond gewicht bij het gebruik van prednison/prednisolon?

Sommige medicijnen kunnen het lastig maken om een gezond gewicht te houden. Een voorbeeld hiervan is

prednison/prednisolon. Door dit medicijn kunt u meer eetlust krijgen. Daardoor kunt u aankomen in gewicht.

Bewegen kan lastig zijn bij uw longziekte. Door te weinig te bewegen, kan het zijn dat uw lichaam minder energie verbruikt dan nodig is om hetzelfde gewicht te houden. Daardoor stijgt uw gewicht. Dit heeft een negatief effect op uw uithoudingsvermogen en longinhoud.

BMI

De BMI is een waarde die laat zien of u een gezond gewicht heeft. BMI staat voor Body Mass Index en laat de verhouding zien tussen het lichaamsgewicht en de lichaamslengte. Op de website van het voedingscentrum kunt u uw BMI berekenen (https://www.voedingscentrum.nl/nl/bmi-meter?gclid=EAIaIQobChMImJyUrcyT7gIVS_BRCh3JXw-7EAAYASAAEgJdUfD_BwE). U kunt uw BMI ook zelf uitrekenen. Schrijf uw gewicht in kilo's en uw lengte in meters op. Deel uw gewicht door uw lengte. Deel daarna deze uitkomst nog 1 keer door uw lengte.

- Bij een BMI tussen de 18.5 – 25 heeft u een gezond gewicht.
- Bij een BMI van 25 – 30 heeft u overgewicht.
- Bij een BMI boven de 30 heeft u ernstig overgewicht. Een ander woord voor ernstig overgewicht is obesitas. Mensen met overgewicht en obesitas hebben meer kans op ziekten, zoals suikerziekte, hoge bloeddruk, galstenen, hart- en vaatziekten, slaapapnoe, rug- en gewrichtsklachten en bepaalde soorten kanker.

Controleer uw gewicht

Weeg uzelf elke week of om de week. Zo kunt u in de gaten houden of uw gewicht ongeveer hetzelfde blijft. Neemt uw gewicht met 5% toe? Bel dan met de longverpleegkundige of verpleegkundig specialist. U kunt hen bereiken via de polikliniek Longgeneeskunde, telefoonnummer: (073) 553 24 63.

Gezonde voeding

Gezonde voeding is voor iedereen belangrijk. Een gezonde voeding geeft uw lichaam voldoende energie en alle voedingsstoffen die het nodig heeft. Daarnaast helpt gezonde voeding om op gewicht te blijven en overgewicht te voorkomen.

Het voedingscentrum heeft adviezen voor hoe u elke dag voldoende voedingsstoffen binnen kunt krijgen. Krijgt u meer eetlust door het gebruik van prednison/prednisolon? Eet dan gezonde voeding, zodat u een gezond gewicht houdt.

Bewegen

Bewegingsdeskundigen raden aan om een 30 minuten per dag te bewegen. Als u wilt afvallen is het advies om dagelijks 60 minuten te bewegen. U kunt dit het beste doen in tijdsblokken van 10 minuten. Het lichaam wordt dan namelijk geprikkeld om zijn vetreserves te gebruiken.

Wat kunt u doen om meer te bewegen?

- Maak tijdens uw lunchpauze een wandeling.
- Gebruik de fiets of ga lopend.
- Reist u met het openbaar vervoer? Stap dan een halte eerder uit en/of neem de fiets naar uw opstapplaats.
- Maak een wandeling na het eten.
- Neem de trap in plaats van de lift.

Meer informatie over bewegen leest u in de folder 'Bewegen bij fibrotiserende interstitiële longziekten (ILD)' (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/bewegen-bij-fibrotiserende-interstitiele-longziekten-ild).

Wanneer door uw klachten bewegen moeilijk is

Als u klachten heeft door uw longziekte, dan kunt u mogelijk de beweegadviezen hierboven niet uitvoeren. Overleg dan met uw

arts of de verpleegkundig specialist over andere mogelijkheden. Bijvoorbeeld begeleiding door een fysiotherapeut. De fysiotherapeut kan samen met u een beweegschema maken, aangepast aan uw mogelijkheden.

Motivatie

Een gezond gewicht kan verschillende voordelen hebben. Zo kan het zijn dat u minder snel buiten adem raakt, dat bewegen makkelijker gaat of dat u meer zelfvertrouwen heeft. Het is belangrijk om na te gaan waarom u een gezond gewicht wilt houden of bereiken. Dat 'waarom' is uw motivatie.

Als u uw leefgewoonten gaat veranderen om uw gezonde gewicht te houden of om af te vallen, dan kunnen er momenten zijn dat het tegenzit. Het kan ook zijn dat u het even niet meer ziet zitten. Denk op zulke momenten terug aan uw motivatie. Dit kan een stimulans zijn om weer verder te gaan.

Hoe bereikt u een gezond gewicht?

Stel een haalbaar doel

Als u wilt afvallen, is het belangrijk dat dat u voor een realistisch gewicht gaat. Uw nieuwe gewicht moet haalbaar en vast te houden zijn. Een haalbaar doel is 5 tot 10% gewichtsverlies. Dit levert u veel winst op voor uw gezondheid. Daarnaast is de kans groter dat u dit gewicht een langere tijd kunt vasthouden.

Probeer om een 0.5 kilogram per week af te vallen. U zorgt er dan voor dat u niet te snel afvalt. Als u snel afvalt, verliest u ook spiermassa. Door het verlies van spiermassa is het moeilijker om uw nieuwe gewicht vast te houden. U heeft dan meer kans dat u weer snel aankomt.

Eet niet te weinig

Ondanks dat u wilt afvallen, is het niet verstandig om te weinig te eten. U breekt hierdoor meer spiermassa af. Eet u bij de 3 maaltijden te weinig? Dan kunt u tussendoor last krijgen van een hongergevoel. De verleiding om dan tussendoor koek of snoep te nemen, wordt hierdoor groter. Kies daarom voor 3 gezonde maaltijden per dag en neem maximaal 3 tussendoortjes per dag.

Zwakke momenten

- We hebben allemaal onze zwakke momenten waar we ons laten verleiden tot ongezonde keuzes. Door een eetdagboek bij te houden, kunt u er achter komen wat uw zwakke moment is. U kunt hier dan misschien als eerste aan gaan werken.
- Gun u zelf af en toe iets lekkers. Hierdoor voorkomt u dat u op zwakke momenten snel grijpt naar grote hoeveelheden lekkers.
- Heeft u zin in eten? Vraag uzelf dan af of u echt trek heeft. Een dorstgevoel en moeheid verwarren mensen vaak met trek hebben. Er is ook een verschil tussen hoofd- en maaghonger. Bij maaghonger geeft uw lichaam aan trek te hebben. Bij hoofdhonger wilt u bijvoorbeeld eten of snoepen uit verveling, gewoonte, onvrede, verdriet of blijdschap. Bedenk dus waarom u eet.
- Durf nee te zeggen als mensen in uw omgeving blijven aandringen om iets lekkers te nemen. Als de ander denkt dat u twijfelt, dan zal hij blijven aandringen. Probeer sterk in uw schoenen te staan!
- Heeft u binnenkort een feestje? Maak van tevoren al bewuste keuzes en afspraken met uzelf. Kiest u voor taart, hapjes of voor alcohol? Daarnaast is het belangrijk dat u geniet van dat waar u voor kiest.
- Heeft u een slecht moment gehad en bent u de fout ingegaan? Dit hoort erbij. Probeer de draad meteen weer op te pakken en wacht daarmee niet tot de volgende dag.

Waar moet u op letten?

Zonlicht en UV-straling

Vermijd zonlicht en UV-straling op uw huid als u prednison/prednisolon gebruikt. Draag daarom beschermende kleding en/of smeer u in met een zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor (factor 30 of hoger). Wij raden u af om onder de zonnebank te gaan.

Vruchtbaarheid, zwangerschap en borstvoeding

- In hogere doseringen (meer dan 10 mg per dag) kan prednison/prednisolon de vruchtbaarheid beïnvloeden.
- Heeft u een kinderwens, of bent u onverwacht zwanger geraakt? Laat dit dan weten aan uw behandelend arts.
- Dit medicijn kan tijdens zwangerschap en het geven van borstvoeding gebruikt worden. Mogelijk dat de arts dosering wel aanpast.

Verwerking en acceptatie

De ziekte is zeldzaam en helaas niet te genezen. Het heeft een grote impact op uw dagelijks leven. Naast gezondheidsproblemen kunt u ook te maken krijgen met verlies van sociale contacten, werk, inkomen en toekomstperspectief. We raden aan om uw netwerk op de hoogte te houden van uw ziekte en de gevolgen ervan. Dit kunt u bijvoorbeeld doen via de app Stamps (https://stamps-app.com/), waarmee u iedereen in één keer op de hoogte kunt stellen.

Omgaan met energie

Mensen met een chronische ziekte voelen soms vermoeidheid en hebben moeite met hun energiebalans. Kijk voor meer informatie over hoe u hiermee kan omgaan bij deze folder (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/omgaan-met-uw-energie-bij-een-chronische-aandoening#paragraph-specific-department-information-160830).

Vragen

Heeft u nog vragen?

Als u nog vragen heeft kunt u bellen dan naar de polikliniek Longgeneeskunde, telefoonnummer: (073) 553 24 63.

Praktische tips

Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis neemt u mee:

- een geldig identiteitsbewijs
- uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO).

Hier vindt u meer informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen, Rosmalen of Zaltbommel? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden) hoe dit werkt.

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Betrokken afdelingen

Longgeneeskunde (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/longgeneeskunde)

Meer informatie

Voedingscentrum (https://www.voedingscentrum.nl/nl.aspx)
Het Voedingscentrum biedt betrouwbare informatie over voeding en heeft ook informatie over eten bij verschillende aandoeningen.

Code LON-098

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis