Zakkaart Afvallen & Medicatie

1. Plaats van medicatie

- Gezonde leefstijl blijft de **basis**, ook tijdens medicatie
- Medicatie is een **aanvulling** op een GLI, geen vervanging
- Doel: steun bij **blijvende gedragsverandering**
- Voorschrijven is **extra aanbod**: niet verplicht voor de huisarts
- Schrijft de huisarts niet voor? Verwijs naar **obesitascentrum** of internist

2. Wie komt in aanmerking?

- **BMI ≥ 40**, of
- **BMI 35–39,9** + hart- en vaatziekte, DM2, slaapapneu of artrose
- Migratieachtergrond: grenzen **2,5 lager**
- **én ≥ 1 jaar** GLI gevolgd met < 10% gewichtsverlies
- **én** blijft gezond leven

3. Niet voorschrijven

- Leeftijd **> 75 jaar**
- **Zwangerschap** of borstvoeding
- Geen GLI gevolgd of **niet gemotiveerd**
- **Metformine**: weinig effect, niet geregistreerd
- **Semaglutide oraal**: te weinig bewijs
- **Tirzepatide**: afgeraden (weinig ervaring, veiligheid, kosten)

4. Hoe werkt het?

- **GLP1-agonist**: maag leegt trager, dus eerder **vol**
- Ook effect in de **hersenen**: minder zin in eten
- **Naltrexon/bupropion**: remt de eetlust; werking niet helemaal bekend
- Effect: **5–15%** gewichtsverlies, vooraf niet te voorspellen
- Na een paar maanden: **plateau**

5. Voorkeursmiddelen

- **Semaglutide 2,4 mg** s.c. 1× per week: gemiddeld ± 12%
- **Liraglutide 3 mg** s.c. 1× per dag: ± 4%
- **Naltrexon/bupropion** tablet, 2dd2: ± 4,5%
- Semaglutide lijkt het **meest effectief**
- Naltrexon/bupropion: meer **contra-indicaties** en interacties
- Kies **samen**: effect, comorbiditeit, contra-indicaties

6. Opbouwen

- **Liraglutide**: 0,6 mg, wekelijks + 0,6; **3 mg** vanaf week 5
- **Semaglutide**: 0,25 mg, elke 4 weken ↑; **2,4 mg** vanaf week 17
- **Naltrexon/bupropion**: wekelijks + 1 tablet; **2dd2** vanaf week 4
- Bijwerkingen? **Langzamer** opbouwen
- Noteer de dag van **ophogen**
- Naltrexon/bupropion: **1 week niet rijden** na start en elke verhoging

7. Bijwerkingen

- Vaak: **misselijk**, diarree, hoofdpijn, moe; meestal **tijdelijk**
- Naltrexon/bupropion ook: slecht slapen, duizelig, angst, **bloeddruk ↑**
- Zeldzaam bij GLP1: **pancreatitis**, galblaasontsteking
- Zeldzaam bij naltrexon/bupropion: **psychose**, suïcidepoging, **insult**
- Minder spiermassa: **krachttraining** is essentieel

8. Alarm: direct huisarts

- **Hevige buikpijn**, vaak naar de rug: denk aan pancreatitis
- Pijn rechtsboven, koorts of geel zien: **galblaas**
- **Meer dan 1× braken** na gebruik, uitdroging
- **Allergische reactie**
- **Sombere of suïcidale** gedachten, verwardheid, **insult**
- Bij twijfel: **altijd overleggen**

9. Controles

- **Vóór start**: gewicht, buikomvang, BMI; uitleg opbouw
- **Na 5 weken**: leefstijl, therapietrouw, effect, bijwerkingen
- **Na 12 weken max. dosis**: gewicht, BMI
- **< 5% afgevallen? Stoppen**
- **Jaarlijks**: effect, bijwerkingen, nieuwe contra-indicaties
- Glucose elke **3 jaar**, CVRM elke **5 jaar**

10. Stoppen & afbouwen

- Gebruik **> 2 jaar** nodig? Onbekend
- Na 2 jaar stabiel of doel bereikt: overweeg **afbouwen tot proefstop**
- Afbouwen: **opbouwschema omgekeerd**
- **Abrupt stoppen**: ± ⅔ van het verlies komt binnen 1 jaar terug
- Weer aangekomen? **Herstart** overwegen

11. Recept & vergoeding

- Vergoeding verschilt **per middel**; vul ZN-machtiging zorgvuldig in
- Semaglutide bij obesitas: **niet vergoed**
- Zet de **indicatie** op het recept: dosering obesitas ≠ DM2
- **DM2 + obesitas**: volg de NHG-Standaard DM2
- Middel via **internet**: wel bijwerkingen signaleren, geen controles

12. Valkuilen & onthoud

- Check eerst **gewichtsverhogende medicatie** (o.a. prednison, antipsychotica)
- Zonder leefstijl werkt medicatie **minder of niet**
- Effect na **> 2 jaar** is onbekend
- Na **maagoperatie**: medicijnwerking verandert
- **Onthoud:** medicatie ondersteunt, leefstijl draagt

Disclaimer: Dit zakkaartje is een hulpmiddel, geen officiële richtlijn of medisch advies. Raadpleeg bij twijfel altijd de actuele bronnen, een arts of een apotheker.