

Viktig informasjon til deg som får behandling med Zoledronsyre SUN

VIKTIG INFORMASJON TIL DEG SOM FÅR BEHANDLING MED ZOLEDRONSYRE SUN

Denne brosjyren henvender seg til deg som behandles med Zoledronsyre SUN for osteoporose ("benskjørhet"). Les nøye gjennom denne brosjyren og pakningsvedlegget som du har fått utlevert sammen med denne brosjyren. Det kan også være en god idé å la noen av dine nærmeste pårørende lese brosjyren og pakningsvedlegget.

Spør lege, apotek eller sykepleier dersom du har spørsmål om bruken av Zoledronsyre SUN.

Vanlige spørsmål rundt behandling med Zoledronsyre SUN

- **Hva kan jeg selv gjøre for å redusere faren for brudd?**

Et sunt og variert kosthold er viktig for å få tilført de næringsstoffer som skjelettet ditt trenger. Inntak av kalsium og vitamin-D er spesielt viktig. Viktige kalsiumkilder inkluderer bl.a. meieriprodukter som melk, yoghurt og ost, samt grønne grønnsaker som brokkoli, grønnkål og spinat. Vitamin-D er viktig for opptaket av kalsium fra tarmen. Vitamin-D finner du bl.a. i fet fisk (makrell, sild, laks), tran, kornprodukter og egg. Sollys hjelper også kroppen din til å produsere vitamin-D, derfor er det gunstig å oppholde seg i solen.

Regelmessig trening eller mosjon anbefales da dette vil bidra til å styrke benbygningen. Legen din vil gi råd om hvilke treningsformer som kan passe for deg.

Det anbefales at du slutter å røyke dersom du røyker.

Eventuelt alkoholforbruk må være moderat.

Forebygg fallulykker i hjemmet ditt f.eks. ved å fjerne løse matter eller tepper, bruke antisklimatter i badekaret og i dusjen og kanskje også sikre trapper med armlener/håndtak.



• Tilskudd av kalsium og vitamin D

Det er viktig at du tar tilskudd av kalsium og vitamin D (f.eks. tabletter) i henhold til anbefaling fra legen din.

• Du må ikke få Zoledronsyre SUN

- dersom du er gravid eller ammer, eller dersom du planlegger å bli gravid
- dersom du har alvorlige nyreproblemer

• Hva er de vanligste bivirkningene ved bruk av Zoledronsyre SUN?

Bivirkninger knyttet til den første infusjonen er svært vanlige (oppstår hos mer enn 30 % av pasientene), men er mindre vanlig ved de påfølgende infusjonene. De fleste av bivirkningene, slik som feber og frysninger, smerter i muskler eller ledd og hodepine oppstår i løpet av de tre første dagene etter en dose Zoledronsyre SUN. Symptomene er vanligvis milde til moderate og forsvinner vanligvis i løpet av tre dager etter at de oppstod. Legen din kan anbefale et mildt smertestillende middel som ibuprofen eller paracetamol for å lindre disse bivirkningene. Sannsynligheten for at du får disse bivirkningene med de påfølgende dosene Zoledronsyre SUN er lavere.

Ved bruk av Zoledronsyre SUN er god munnhygiene særlig viktig for å redusere risiko for bivirkning i kjevens benbygning.

For ytterligere informasjon om andre mulige bivirkninger og bruk av Zoledronsyre SUN, se pakningsvedlegget som du har fått utdelt sammen med denne brosjyren.

Kontakt lege, apotek eller sykepleier dersom noen av bivirkningene blir plagsomme eller du merker bivirkninger som ikke er nevnt i pakningsvedlegget.

Tid for neste infusjon:

Kontaktperson:



Polarisavenue 87
2132 JH Hoofddorp
Nederland

Tel. + 31 (0)23 56 85501
www.sunpharma.com/norway
info@sunpharma.nl