



Richtlijn stressdoserings hydrocortison

Haarlem

U gebruikt hydrocortison vanwege een stoornis van de bijnierfunctie. Hydrocortison vervangt het lichaamseigen bijnierhormoon cortisol. Cortisol is een stresshormoon. Heeft u te maken met lichamelijke of geestelijke stress, dan wordt er normaal gesproken meer cortisol aangemaakt. In uw geval zal daarom onder deze omstandigheden de hydrocortisondosering moeten worden aangepast. Stress treedt op in elke situatie waarin extra lichamelijke of geestelijke eisen aan een mens worden gesteld. Voorbeelden van stress zijn: ziekte (zeker als dit gepaard gaat met koorts), een ongeval, zeer intensieve lichamelijke inspanning, examens, overlijden van een dierbare, etc.. Stress wordt zeer individueel ervaren. Hieronder leest u een aantal globale richtlijnen:

- Als stress te voorzien is (bijv. een examen, begrafenis), dan is het raadzaam om al extra hydrocortison te nemen (geven) kort voordat de stress optreedt.
- Problemen die u lang van te voren ziet aankomen, kunt u het beste ruim van te voren met uw arts bespreken. Bijv. geplande operaties, verre vakanties, etc.
- Bij twijfel kunt u beter extra hydrocortison nemen. Een eenmalige hoge(re) dosis kan nooit kwaad; het achterwege laten kan in sommige gevallen wel ernstige gevolgen hebben.
- In principe volgt u de instructie van de behandelend arts. Kunt u deze niet raadplegen, lees dan de voorbeelden van stresssituaties hieronder. Bij elke stresssituatie staat aangegeven hoeveel en hoelang u de dosis hydrocortison kunt aanpassen.

Bij geringe stress

Zoals griepig voelen zonder duidelijke koorts: geen extra medicijnen.

Bij matige stress:

zoals lichaamstemperatuur tussen de 38,0 C en 38,5 C, braken en/of diarree, vaccinatie, griep of andere infectie, examens: verdubbel de dosis hydrocortison (voorbeeld: is de dosis 15 - 5 - 5 mg hydrocortison per dag, dan wordt dit 30 - 10 - 10 mg per dag).

Bij ernstige stress:

zoals koorts hoger dan 38,5 C, operatie, behandeling door de kaakchirurg, een ongeval of een ernstige verwonding: verdrievoudig de dosis hydrocortison. Neem contact op met uw arts.

Let op:

Bij braken of heftige diarree, wanneer er twijfel bestaat over de opname van de hydrocortison-tabletten dient toediening via injectie of infuus plaats te vinden. Waarschuw daarvoor uw huisarts of specialist!.

Waar zijn we te vinden?

**Spaarne Gasthuis
Haarlem Zuid**
Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

**Spaarne Gasthuis
Hoofddorp**
Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

**Spaarne Gasthuis
Haarlem Noord**
Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

**Spaarne Gasthuis
Heemstede**
Händellaan 2A
2102 CW Heemstede

(023) 224 0000
www.spaarnegasthuis.nl
info@spaarnegasthuis.nl