

PARACETAMOL BIJ PIJN EN KOORTS

Dit geneesmiddel vermindert de pijn en verlaagt de koorts. Het verlicht vele soorten pijn zoals hoofdpijn, migraine, koorts, griep, verkoudheid, spier- en gewrichtspijnen, ...

Hoe werkt het?

Pijn

Pijn is altijd een **alarmsignaal van het lichaam** om er ons op te wijzen dat iets niet in orde is. Daarom is het belangrijk om stil te staan bij de oorzaak van de pijn en deze, zo mogelijk, te verhelpen. Bij pijn na een operatie of rug- en spierpijn is de oorzaak duidelijk, maar soms kan ook stress pijn uitlokken, zoals hoofdpijn. Vanzelfsprekend is het niet steeds mogelijk om de oorzaak aan te pakken. In dat geval is paracetamol de veiligste manier om de pijn te bestrijden.

Koorts

Koorts maakt **deel uit van ons afweersysteem** dat schadelijke bacteriën en virussen opruimt. Dit is een proces dat makkelijker en sneller gaat met een lichte temperatuursverhoging. Koorts bevordert dus het genezingsproces. Daarom is het lang niet altijd nuttig om de koorts te verminderen.

Wanneer je echter te hoge koorts hebt (meer dan 38,5°C), dan kan paracetamol helpen om de koorts te verlagen. Bij zeer hoge koorts kunnen kinderen last krijgen van koortsstuipen. Ook in dat geval is paracetamol aangewezen

Hoe dit geneesmiddel nemen?

Volwassenen: Tabletten van 500 mg kan je 4 tot 6 keer per dag innemen, onafhankelijk van de maaltijd. Tabletten van 1 gram kan je tot 4 maal per dag gebruiken. Neem nooit meer dan 4 gram per dag en steeds met minimum 4 uur interval tussen twee innamen. Als je dit middel langer dan 4 weken nodig hebt, hou je je aan maximaal 3 gram per dag

Kinderen: Speciaal voor kinderen zijn er siroop en zetabletten. De hoeveelheid die je hiervan mag gebruiken, hangt af van het lichaamsgewicht van het kind. Laat ook bij kinderen steeds minimum 4 uur tijd tussen twee innamen. Door de zetabletten lichtjes te bevochtigen, kan je ze makkelijker inbrengen.

Wanneer begint de werking?

Na een half uurtje merk je dat de pijn of koorts vermindert. Dit effect houdt drie tot zes uur aan. Zetabletten werken iets minder snel, ongeveer binnen een uur. De werking van zetabletten kan wel langer aanhouden: acht tot twaalf uur.

Bij migraine neem je het middel zo snel mogelijk in wanneer je een aanval voelt opkomen. Het werkt dan het best.

Wat bij een vergeten dosis?

Als je de dosis nog nodig hebt, neem het middel dan alsnog. Laat echter wel **minstens 4 uur tussen twee opeenvolgende innamen**.

Hoelang moet je het geneesmiddel innemen?

- Neem dit geneesmiddel zolang de koorts of pijn aanhouden. Gebruik het echter niet langer dan **5 dagen** zonder medisch advies
- Weet dat een teveel aan pijnstillers ook hoofdpijn kan uitlokken. Als je meer dan 3 dagen per week pijnstillers neemt tegen hoofdpijn, zou het best wel eens kunnen dat de pijnstillers zelf de oorzaak zijn van je hoofdpijn

Wanneer bij de dokter?

- Bij hevige pijn in de borst- of de buikstreek, zonder aanwijsbare oorzaak;
- Als de pijn langer dan een week aanhoudt of als deze pijnstiller onvoldoende verlichting brengt;
- Als je langer dan drie dagen koorts (meer dan 38,5 °C) hebt;
- Enkel bij langdurige gebruik of een te hoge dosis: als je een gele verkleuring van het oogwit of de huid opmerkt. Dit kan wijzen op leverbeschadiging. Stop in dit geval met het gebruik en neem contact op met je arts.

Lees voor meer informatie ook steeds de bijsluiter!

Mogelijke bijwerkingen:

De meeste patiënten hebben geen bijwerkingen bij het gebruik van paracetamol. Leverbeschadiging en hoofdpijn kunnen evenwel het gevolg zijn van een teveel aan dit geneesmiddel.

Opletten indien:

- Je lijdt aan een leverziekte;
- Je minder dan 50 kg weegt;
- Je dagelijks meer dan 2 tot 3 glazen alcohol nuttigt

In die gevallen belast je je lever beter niet te veel. Neem daarom maximaal 3 gram paracetamol per dag en laat minimum 8 uur tussen twee innamen.

Wat met andere geneesmiddelen?

- Ook wanneer je dagelijks bepaalde geneesmiddelen tegen epilepsie (fenytoïne, carbamazepine) neemt, mag je maximaal 3 gram paracetamol per dag innemen.
- Let ook op met bloedverdunnende middelen zoals Marcoumar®, Marevan® en Sintrom®. Hoewel voor jou paracetamol de eerste keuze pijnstillert is, neem je bij voorkeur niet meer dan 3 tabletten van 500 mg paracetamol per dag. Indien je toch meer nodig hebt, moet je zeer regelmatig de bloedstollingstijd (INR) laten controleren, bijvoorbeeld wekelijks.

Wat met alcohol?

Af en toe een glas alcohol vormt geen probleem. Als je dagelijks drinkt, dan moet je minimum 8 uur interval laten tussen twee innamen van dit geneesmiddel.

Wat met autorijden?

Je kan zonder problemen wagens en machines besturen.

Wat met zwangerschap en borstvoeding?

Paracetamol is het beste middel tegen pijn en koorts dat je kan gebruiken tijdens de zwangerschap of borstvoeding. Gebruik het echter enkel indien nodig.



Indien je nog vragen hebt, raadpleeg je apotheker of arts!

