



Belangrijk om te weten

- Neem alendronaat 's ochtends in op een lege maag met een groot glas leidingwater (geen mineraalwater).
- Wacht na de inname van alendronaat **minstens 30 minuten** voordat je eet, drinkt, andere geneesmiddelen inneemt of gaat liggen.
- Maak een afspraak bij de tandarts voordat je alendronaat begint te gebruiken.



Wat doet dit geneesmiddel en waarvoor dient het?

Geneesmiddelen met de werkzame stof alendronaat (of alendroninezuur) zijn bifosfonaten. Deze geneesmiddelen voorkomen het natuurlijk botverlies. Ze verminderen het risico op breuken (van de wervels en heupen).

Je arts schrijft alendronaat voor bij osteoporose (botontkalking).



Onder welke namen is dit geneesmiddel beschikbaar in België? In welke vormen wordt het toegediend?

Om het overzicht van alle geneesmiddelen te zien die horen bij deze informatiefiche, kijk dan op [FarmaInfo.be](https://www.farmainfo.be).

In dit overzicht vind je alle geneesmiddelen die alendronaat bevatten. Je ziet er hoeveel alendronaat ze bevatten en in welke vormen ze worden toegediend. Je vindt er ook de bijsluiter, informatie over de prijs, de terugbetaling, en of je een voorschrift van je arts nodig hebt.

In de bijsluiter vind je alle informatie over je geneesmiddel, zoals de samenstelling of informatie over allergieën.

Er zijn ook geneesmiddelen die naast alendronaat nog andere werkzame stoffen bevatten. Deze geneesmiddelen worden apart vermeld, voer hiervoor een [nieuwe zoekopdracht](#) uit.



Hoe gebruik ik dit geneesmiddel - Hoeveel? Op welk tijdstip? Hoelang?

Hoeveel mag ik van dit geneesmiddel gebruiken?

Kijk op het etiket van de apotheker om te weten welke dosis je moet nemen en hoeveel keer per dag. Op dat etiket kan je lezen wat de arts heeft voorgeschreven. Staat de informatie niet op het etiket en werd die ook niet gegeven tijdens het gesprek met je arts, vraag dan best eerst advies aan je arts of apotheker of lees de bijsluiter.

Wekelijkse inname (elke week): je mag niet meer innemen dan 70 mg (milligram) per week (7 dagen). Deze maximale dosis geldt voor een gemiddelde volwassene.

Op welk tijdstip gebruik ik dit geneesmiddel?

Alendronaat moet worden ingenomen:

- 's ochtends vóór het eten, drinken of innemen van andere geneesmiddelen;

- met een **groot glas leidingwater** (minimum 200 ml (milliliter));
- zonder op de tablet te kauwen of de tablet te pletten;
- **zonder te gaan liggen binnen de 30 minuten** na het innemen van dit geneesmiddel.

Hoelang mag ik dit geneesmiddel gebruiken?

Besprek met je arts hoelang je alendronaat moet gebruiken.

Het is mogelijk dat je alendronaat voor een **lange tijd of zelfs levenslang** moet gebruiken. De arts kan je behandeling echter aanpassen als dat nodig is, en dat kan betekenen dat je andere geneesmiddelen krijgt.



Wat zijn de mogelijke bijwerkingen?

Zoals elk geneesmiddel kan ook dit geneesmiddel bijwerkingen geven, al krijgt niet iedereen daarmee te maken.

Stop de behandeling en neem contact op met je arts wanneer de volgende bijwerkingen optreden:

- pijn in de mond, keel of op de borst;
- maagzuur of verergerd maagzuur;
- zweren in de mond.

De meest voorkomende bijwerkingen bij het gebruik van alendronaat zijn de volgende:

Zeer vaak (bij meer dan 1 op 10 mensen)

- pijn in je spieren, je botten en/of gewrichten.

Vaak (tot 1 op 10 mensen)

- hoofdpijn;
- duizeligheid;
- buikpijn;
- ongemakken in de maag;
- verstopping van de darmen (constipatie);
- vol of opgeblazen gevoel;
- diarree, winderigheid;
- haaruitval;
- jeuk;
- zwelling van de gewrichten, handen of benen;
- vermoeidheid;
- duizeligheid.

Alendronaat kan je **huid gevoeliger maken voor zonlicht**. Daardoor kan je huid sneller verbranden en blaren krijgen. **Bescherm daarom je huid tegen zonlicht**. Hoe je dit kan doen, kan je lezen in het thema '[Opgelet voor zonlicht bij bepaalde geneesmiddelen](#)'. Gelukkig komt deze bijwerking niet veel voor, maar voorkomen is altijd beter dan genezen!

Er zijn nog andere bijwerkingen die minder vaak voorkomen. De volledige lijst wordt vermeld in de bijsluiter van een specifiek geneesmiddel. De bijsluiter vind je terug in de rubriek: '[Onder welke namen is dit geneesmiddel beschikbaar in België?](#)'. Klik vervolgens op jouw geneesmiddel in het overzicht.

Neem contact op met je arts of apotheker wanneer je last krijgt van bijwerkingen, ook als die niet in de bijsluiter staan. Je kan bijwerkingen ook rechtstreeks [melden aan het FAGG](#).



Mag ik zomaar met dit geneesmiddel stoppen?

Nee, je mag een behandeling met alendronaat niet zomaar zonder medisch advies stoppen.



Wat moet ik doen als ik een dosis ben vergeten of als ik te veel van dit geneesmiddel heb gebruikt?

Wat als ik een dosis ben vergeten?

Neem je volgende dosis de **volgende dag 's ochtends**.

Neem **nooit een dubbele dosis** alendronaat om een vergeten dosis in te halen.

Wat als ik te veel van dit geneesmiddel heb gebruikt?

Neem onmiddellijk contact op met je **arts of apotheker of bel het Antigifcentrum (070 245 245)**.

Je kan volgende klachten krijgen:

- spierzwakte;
- onvrijwillige samentrekking van de spieren;
- ongemakken in de maag en maagzuur;
- ongemak ter hoogte van de slokdarm;
- je huid wordt gevoelloos;
- je krijgt een branderig gevoel, prikkelingen, jeuk of tintelingen.



Mag ik een voertuig besturen? Mag ik alcohol drinken? Mag ik alles eten?

Mag ik een voertuig besturen of machines bedienen als ik dit geneesmiddel gebruik?

Ja, je mag een voertuig besturen of machines bedienen als je alendronaat gebruikt, **behalve** als je:

- een **wazig zicht** hebt.
- je **duizelig** voelt;
- **ernstige pijn hebt in je botten, spieren of gewrichten**.

Enkel wanneer je deze **klachten niet hebt**, mag je een voertuig besturen of machines bedienen, maar **blijf altijd voorzichtig**.

Mag ik alcohol drinken als ik dit geneesmiddel gebruik?

Ja, je mag alcohol drinken als je alendronaat gebruikt, maar met mate.

Je moet na de inname van alendronaat altijd **minstens 30 minuten** wachten voordat je iets **drinkt**.

Mag ik alles eten als ik dit geneesmiddel gebruik?

Ja, je mag alles eten als je alendronaat gebruikt, maar volg deze adviezen:

- je moet na de inname van alendronaat altijd **minstens 30 minuten** wachten voordat je **eet, drinkt** of andere geneesmiddelen **inneemt**;
- neem geen alendronaat in samen met:
 - mineraalwater (plat of bruis);
 - thee, koffie;
 - vruchtensap of melk.



Mag ik dit geneesmiddel gebruiken als ik zwanger ben of borstvoeding geef?

Gebruik geen alendronaat als je zwanger bent en/of borstvoeding geeft.

Mag ik dit geneesmiddel gebruiken als ik zwanger ben?

Nee, je mag alendronaat niet gebruiken tijdens de zwangerschap.

Ben je zwanger of wil je zwanger worden? **Bespreek** dan het gebruik van alendronaat met je **arts of apotheker**.

Mag ik borstvoeding geven als ik dit geneesmiddel gebruik?

Nee, je mag alendronaat niet gebruiken als je borstvoeding geeft.

Bespreek dit met je arts of apotheker als je borstvoeding geeft en alendronaat wil gebruiken.



Waarop moet ik letten als ik nog andere geneesmiddelen gebruik?

Alendronaat kan een invloed hebben op of worden beïnvloed door andere geneesmiddelen. In dit overzicht worden enkel de **mogelijk ernstige wisselwerkingen** vermeld. Ga hierover in overleg met je arts of apotheker wanneer je dit geneesmiddel gelijktijdig gebruikt met de volgende geneesmiddelen/producten:

- geneesmiddelen en supplementen die veel **calcium, magnesium of ijzer** bevatten;
- geneesmiddelen tegen **maagzuur**;
- sommige **ontstekingsremmers**;
- ontstekingsremmers zoals **cortisone** (corticoïden);

De volledige lijst van wisselwerkingen staat in de bijsluiter. De bijsluiter vind je terug in de rubriek: '[Onder welke namen is dit geneesmiddel beschikbaar in België?](#)'. Klik vervolgens op jouw geneesmiddel in het overzicht.



Waarop moet ik letten als ik nog andere gezondheidsproblemen heb?

Gebruik alendronaat niet in de volgende situaties of overleg in dat geval eerst met je arts of apotheker:

- bij **slokdarmprobleem** (vernauwing van de slokdarm, slikproblemen);
- als je **weinig calcium** in je bloed hebt (hypocalciëmie);
- bij een **mindere werking van de nieren** (nierinsufficiëntie);
- bij **tandproblemen** (tandabcessen, ...).

De volledige lijst met situaties waarin je voorzichtig moet zijn bij het gebruik van alendronaat, staat in de bijsluiter. De bijsluiter vind je terug in de rubriek: '[Onder welke namen is dit geneesmiddel beschikbaar in België?](#)'. Klik vervolgens op jouw geneesmiddel in het overzicht.



Hoe bewaar ik dit geneesmiddel - Hoe? Hoelang?

Hoe bewaar ik dit geneesmiddel?

Houd dit geneesmiddel altijd **buiten het zicht en bereik van kinderen**.

