

# Pijnstillers

**Zo gebruikt u ze veilig**



**Mijn drogist weet er meer van**

# Pijnstillers

## Zo gebruikt u ze veilig

Paracetamol, Aspirine, Ibuprofen, Aleve, Advil. Zomaar wat pijnstillers die u bij de drogist kunt kopen. En dit zijn ze nog niet eens allemaal. Keuze genoeg dus.

Alle pijnstillers doen wat ze moeten doen: pijn bestrijden. Maar helaas kunnen sommige ook vervelende klachten geven, of in sommige gevallen schadelijk zijn. Ook de pijnstillers bij de drogisterij. Gelukkig is de kans op (ernstige) klachten klein. Als u tenminste de juiste pijnstiller kiest én deze goed en veilig inneemt.

Hoe weet u wat de juiste pijnstiller is? En, wat betekent 'goed en veilig innemen'? Dat leest u in deze folder. Natuurlijk kunt u ook de drogist om advies vragen.

### Pijn of koorts? Neem paracetamol

Eigenlijk is het advies heel eenvoudig. Bij pijn of koorts? Neem paracetamol. Dat is de veiligste manier om pijn te bestrijden en koorts te verlagen. Is de pijn heftig? Begin dan met twee tabletten.

### Helpt paracetamol niet? Neem dan een zwaardere pijnstiller

Soms helpt paracetamol niet (voldoende). Bijvoorbeeld als u pijn hebt vanwege een ontsteking, of bij hevige menstruatiepijn. Dan kunt u een zwaardere pijnstiller nemen. Nadeel van zo'n pijnstiller: de kans op bijwerkingen is groter. Ook kunnen sommige mensen ze beter niet gebruiken. In de bijsluiters staat precies voor wie dit geldt. Lees deze dus altijd goed.

### Bijwerkingen

Paracetamol geeft nauwelijks bijwerkingen. Tenminste, als u zich houdt aan de juiste dosis in de bijsluiters. Zwaardere pijnstillers kunnen maag- of darmklachten en hoofdpijn veroorzaken. Maar zoals voor alle bijwerkingen geldt, niet iedereen krijgt er (evenveel) last van.

## Gebruik zwaardere pijnstillers niet:

- Als uw nieren of lever niet goed functioneren.
- Als u astma hebt.
- Als u hartproblemen hebt.
- Als u een maagzweer hebt (gehad).
- Als u een maagbloeding hebt gehad.
- Als u een darmaandoening hebt.
- Als u een hersenbloeding hebt gehad.
- Als u snel bloedt of bloedverduunners gebruikt.
- Als u al een andere pijnstiller gebruikt.
- Als u zwanger bent of borstvoeding geeft.
- Bij kinderen.

Paracetamol kunt u in deze gevallen wel gebruiken.

## Wees extra voorzichtig met zwaardere pijnstillers:

- Als u ouder bent dan 60 jaar. U kunt dan sneller last krijgen van bijwerkingen.
- Als u een hoge bloeddruk, diabetes of hoog cholesterol hebt.
- Als u rookt.
- Als u snel last hebt van uw maag. U kunt dan een maagbeschermer gebruiken. Overleg dit met uw huisarts.
- Als u bepaalde medicijnen gebruikt. In combinatie met een zwaardere pijnstiller kunnen deze minder goed werken of meer bijwerkingen geven. Kijk in de bijsluiter om welke medicijnen het gaat.

Paracetamol kunt u in deze gevallen wel gebruiken.

## Neem de pijnstiller goed en veilig in

U wilt dat de pijnstiller helpt. En wel zo snel mogelijk. Dat lukt het best als u de aanwijzingen in de bijsluiter opvolgt. Hierin staat:

- Hoeveel pijnstillers u maximaal per keer mag innemen.
- Hoeveel pijnstillers u maximaal per dag mag innemen.
- Hoelang u de pijnstillers maximaal mag gebruiken. Gebruikt u ze te lang achterelkaar of te vaak, dan kunnen pijnstillers hoofdpijn veroorzaken. Denkt u dat dit bij u het geval is, neemt u dan contact op met uw huisarts.
- Of u de pijnstiller het beste vóór of na het eten kunt innemen.

## Vraag de drogist om advies

Komt u er niet uit bij uw keuze voor een pijnstiller? Is de pijnstiller die u hebt gekozen wel geschikt voor uw klacht? Weet u niet zeker hoe (lang) u de pijnstiller mag innemen? Aarzel dan niet en vraag uw drogist om advies. Hij of zij helpt u graag.

# De pijnstillers op een rij

Hieronder vindt u een overzicht van de meeste merken pijnstillers die bij de drogisterij te koop zijn.

## Paracetamol

### Paracetamol

- Panadol
- Paracetamol (huismerk)
- Roter paracetamol

### Paracetamol met vitamine C

- Citrosan
- Hot Coldrex
- Paracetamol/vitamine C (huismerk)

### Paracetamol met coffeïne (opwekkend)

- Finimal
- Panadol plus
- Paracetamol coffeïne (huismerk)
- Paracetamol comp (huismerk)
- Witte kruis

### Paracetamol met vitamine C en coffeïne

- Antigrippine
- Finimal Zest

## Iets zwaardere pijnstillers

- Daro hoofdpijnpoeder
- Para-don
- Sanalgin
- Saridon

## Zwaardere pijnstillers

- Advil
- Aleve
- Alka-Seltzer
- APaC
- APC
- Aspirine
- Aspirine C
- Aspro (Bruis)
- Diclofenac (huismerk)
- Excedrin
- Ibuprofen (huismerk)
- Naproxen (huismerk)
- Nurofen
- Roter APC
- Sarixell
- Spidifen
- Strepen
- Voltaren K

## Pijnstillers voor kinderen

- Daro paracetamol vloeibaar
- Kinderparacetamol (huismerk)
- Sinaspril

## Welke pijnstiller bij welke klacht?

	<b>Paracetamol</b> <sup>1</sup>	<b>Pijnstillers voor kinderen</b> <sup>2</sup>	<b>Iets zwaardere pijnstillers</b> <sup>3</sup>	<b>Zwaardere pijnstillers</b> <sup>4</sup>
Koorts en pijn bij griep en verkoudheid	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus
Hoofdpijn	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus
Keelpijn	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus
Kiespijn	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus
Menstratiepijn	Tweede keus		Tweede keus	Eerste keus
Ontstekingspijn*			Tweede keus	Eerste keus
Rugpijn	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus
Spier- en gewrichtspijn	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus
Zenuwpijn	Eerste keus	Eerste keus	Tweede keus	Tweede keus

\* (artritis, jicht, Bechterew)



## Handige websites

- [www.meldpuntmedicijnen.nl](http://www.meldpuntmedicijnen.nl)  
Voor het melden van uw ervaringen met medicijnen. Ook kunt u ervaringen van anderen inzien.
- [www.zelfzorg.nl](http://www.zelfzorg.nl)  
Handige informatie over medicijnen die u bijvoorbeeld bij de drogist kunt kopen.
- [www.erkendspecialistinzelfzorg.nl](http://www.erkendspecialistinzelfzorg.nl)  
Test op deze website uw kennis over pijnstillers. En lees meer over de Erkend Specialist in Zelfzorg: het keurmerk voor deskundig advies over zelfzorggeneesmiddelen. Op deze website kunt u ook zoeken naar een Erkend Specialist in Zelfzorg bij u in de buurt.

## Colofon

Deze folder is ontwikkeld door het Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik in opdracht van het Centraal Bureau Drogisterijbedrijven.

Vormgeving: de Beeldsmederij

© Centraal Bureau Drogisterijbedrijven, september 2013



Centraal Bureau  
Drogisterijbedrijven



Instituut voor  
Verantwoord Medicijngebruik