

Keuzetabel verhoogd cholesterol

	Leefstijlaanpassingen	Medicamenteuze behandeling		
		1 ^e keuze	2 ^e keuze	3 ^e keuze
	Begeleiding bij aanpassen leefstijl	Tablet statine (zoals simva-, atorva-, of rosuvastatine)	Tablet ezetimibe	Injectie PCSK9-remmer (zoals evolocumab, alirocumab of inclisiran)
Hoe gaat de behandeling?	Met uw behandelaar bespreekt u hoe u uw leefstijl kunt aanpassen. Vaak is extra hulp en advies nodig (via huisarts, diëtist, of leefstijlcoach).	1x per dag een tablet innemen. Er zijn verschillende statines. Indien u de ene statine niet kunt verdragen, lukt dat met een andere meestal wel.	1x per dag een tablet innemen. Evt. in combinatie met een statine.	U of uw partner geeft u 1x per 14/28 dagen een injectie; dit wordt aangeleerd. Bij inclisiran wordt de injectie slechts 2x per jaar door een zorgverlener gezet, dan niet zelf spuiten. Alleen de internist of cardioloog kan deze behandeling voorschrijven.
Duur behandeling?	Blijvend, voor onbepaalde tijd.	Blijvend, indien goed verdragen.	Blijvend, indien goed verdragen.	Blijvend; altijd in combinatie met ezetimibe en evt. een statine.
Voor wie is de behandeling geschikt?	Voor iedereen geschikt, vooral als u uw leefstijl nog meer wilt gaan verbeteren.	Voor iedereen geschikt, met uitzondering van mensen met ernstige lever- of nierfunctiestoornissen (dan 2 ^e of 3 ^e keuze).	Voor iedereen als het LDL-cholesterol te hoog blijft.	Bij onvoldoende daling van het cholesterol met tabletten en een hoog risico op hart- en vaatziekten, zoals een erfelijke vetstofwisselingsstoornis en/of diabetes, of intolerantie voor statines.
Krijg ik een goed cholesterolgehalte?	Met gezond eten, extra bewegen en afvallen bereiken veel mensen betere cholesterolwaarden.	LDL-cholesteroldaling van 20-50% afhankelijk van soort en dosering van het statine	LDL-cholesteroldaling van 20% extra in combinatie met een statine	LDL-cholesteroldaling van 50-60% extra in combinatie met ezetimibe en maximaal verdraagbare dosering van het statine.
Welke nadelen heeft de behandeling?	Gezond leven heeft alleen maar voordelen, voor uw cholesterol en uw algehele gezondheid.	Kans op bijwerkingen zoals spierklachten en -krampen.	Kans op bijwerkingen zoals maag/darmklachten of milde spierklachten, en -krampen.	Kans op huidirritatie op de injectieplaats, zelden griepachtige verschijnselen, zoals rillerigheid en loopneus 1-2 dagen na de injectie.
Belangrijk bij elke behandeling	<ul style="list-style-type: none"> Als u rookt: vraag hulp om te stoppen en bespreek met uw huisarts de mogelijkheden; zie Keuzetabel stoppen met roken Thuisarts.nl Gezond eten en extra bewegen zijn voor iedereen met een verhoogd cholesterol heel belangrijk. U kunt hulp krijgen van een praktijkondersteuner, diëtist of leefstijlcoach. Ook is er een speciaal programma om onder begeleiding met leefstijl aan de slag te gaan: Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) (patientenfederatie.nl) Uw huisarts kan u hiervoor doorverwijzen. Controle behandeling: 1-2x per jaar via de huisarts of praktijkondersteuner; bij gebruik PCSK9-remmer controle door de specialist. Meer informatie op Thuisarts.nl Betrouwbare informatie over ziekte en gezondheid en op Lees alles over gezond leven Hartstichting: over medicijnen, cholesterol en leefstijl. Ondersteuning en medicijnen worden meestal vergoed uit de basisverzekering. U betaalt wel de eigen bijdrage. Informeer bij uw eigen zorgverzekeraar. 			