



AFVALLEN MET GLP-1

Informatie & nazorg

Wat is Ozempic precies?

Ozempic en Mounjaro zijn injecties om af te vallen. De medicijnen zijn oorspronkelijk ontwikkeld voor de behandeling van diabetes type 2. Ze bootsen twee lichaamseigen hormonen na: GLP-1 en GIP. Deze hormonen verlagen je bloedsuikerspiegel en stimuleren de insulineproductie.

Opmerkelijk genoeg danken we deze medicijnen aan het gilamonster – een giftige hagedis. In zijn speeksel werd een eiwit ontdekt dat sterk lijkt op het menselijke GLP-1, maar dat veel langer actief blijft in het lichaam. Deze ontdekking leidde tot de ontwikkeling van GLP-1-medicatie zoals Ozempic en Mounjaro.

De medicijnen remmen je eetlust op verschillende manieren. Ze vertragen de maaglediging – waardoor je langer vol zit – én beïnvloeden receptoren in de hersenen die betrokken zijn bij het hongergevoel. Daardoor krijg je minder snel trek en eet je automatisch minder. Zo ondersteunen ze op een veilige en effectieve manier jouw gewichtsverlies.



Voor wie is afvallen met Ozempic geschikt?

Je hebt een BMI hoger dan 30 óf je hebt een BMI van ongeveer 27 met daarbij gezondheidsproblemen. Bijvoorbeeld slaapapneu, een hoge bloeddruk, een hoog cholesterol, reumatische klachten of artrose.

In dat geval kunnen we je de medicatie voorschrijven en kun je vrijwel direct beginnen met het gebruik van Ozempic.

Voor wie is deze behandeling niet geschikt?

Het gebruik van Ozempic is niet geschikt als je:

- Een lager BMI hebt dan 27
- Diabetes type 1 hebt
- Zwanger bent of borstvoeding geeft
- Allergisch bent voor deze medicijnen

Bij diabetes type 2 adviseren wij contact op te nemen met je huisarts.

Werkt het echt?

De resultaten liegen er niet om. Door injecties met Ozempic kunnen mensen zo'n 10 tot 15 procent van hun lichaamsgewicht verliezen. Met Mounjaro zelfs 15 tot 22 procent. De medicijnen zijn nu al een aantal jaren een bewezen hulpmiddel in de strijd tegen overgewicht en worden daardoor steeds populairder. Maar: het blijft een hulpmiddel. De afslankinjecties moeten een aanvulling zijn op een gezonde leefstijl. Dé oplossing voor overgewicht is er niet. Maar ozempic maakt het afvallen wel een stuk makkelijker.

Wat levert het op?

Ozempic en Mounjaro zijn bij effectieve hulpmiddelen om snel kilo's kwijt te raken, zonder honger te hebben. Veel mensen geven aan dat ze meer rust in hun hoofd ervaren. Zij zijn minder met eten bezig. Daardoor is het makkelijker om gezonde keuzes te maken en voeding te kiezen die hun lichaam echt nodig heeft.

Bijwerkingen en wat je kunt verwachten

Bij GLP-1-injecties kunnen – zoals bij alle geneesmiddelen – bij bijwerkingen optreden. In de eerste weken ervaren sommige mensen milde maag- en darmklachten, zoals misselijkheid, diarree of juist obstipatie. Ook hoofdpijn komt soms voor. Deze klachten zijn meestal tijdelijk en verdwijnen vanzelf na verloop van tijd.

Belangrijk: lees de bijsluiter die je krijgt meegeleverd bij de medicatie.



Injecties rustig opbouwen

Afvallen met Ozempic of Mounjaro begint met een opbouwschema. Je leert in de huidpraktijk hoe je de pen moet gebruiken en hoe je zelf veilig de juiste dosering toedient.

- De startdosering van Ozempic is 0,25mg per week. Na vier weken beoordelen we of de dosering kan worden opgehoogd naar 0,5mg per week. Weer vier weken later kijken we of de maximale dosering van 1,0mg kan worden bereikt.
- De startdosering van Mounjaro is 2,5mg per week. Na vier weken hebben wij contact om te beoordelen of de dosering kan worden opgehoogd naar 5mg per week. Indien nodig kan de dosering daarna verder verhoogd worden met stappen van 2,5mg na minimaal vier weken op de huidige dosering. De aanbevolen onderhoudsdosering is 5mg, 10mg of maximaal 15mg.

WANNEER STOPPEN?

Je kunt stoppen met het gebruik van Ozempic als je je streefgewicht hebt bereikt.

Blijf je last houden van bijwerkingen? Of heb je na maanden 3 maanden gebruik nog geen 5% van je lichaamsgewicht verloren? Overweeg dan ook om te stoppen met de Ozempic of andere GLP-1 medicatie. Je kunt op elk moment het gebruik van de medicatie stoppen, afbouwen is niet nodig. Vraag ons gerust om persoonlijk advies.

Plan een vrijblijvend consult

De begeleiding die wij bieden is een essentieel onderdeel van het traject. We volgen je voortgang nauwkeurig, denken met je mee bij vragen of klachten en zorgen dat je altijd op een veilige en verantwoorde manier verder kunt. Je staat er nooit alleen voor.

Wil je meer weten of een vrijblijvend consult inplannen? Dat kan eenvoudig via onze website – we nemen graag de tijd om je goed te informeren en te begeleiden.

