

De patiënt een half uur voor het ontbijt wakker voor Thyrax?

 nursing.nl/moet-ik-mijn-patient-echt-een-half-uur-voor-het-ontbijt-wekken-voor-zijn-thyrax

Redactie Nursing

June 12, 2026



De bijsluiter van levothyroxine (o.a. Thyrax®) is duidelijk: neem het middel een half uur voor het ontbijt in op een lege maag. In de praktijk kan dat op bezwaren stuiten. Is het echt nodig om een slapende patiënt hiervoor wakker te maken? Recent onderzoek geeft een verrassend antwoord.

Tekst: Marieke Bulsink*

Dat antwoord is: nee, het is niet nodig om patiënten standaard een half uur voor het ontbijt wakker te maken om hun levothyroxine in te nemen. Belangrijker dan het precieze tijdstip is dat de patiënt:

levothyroxine **dagelijks**

- op een **vast moment**
- en op **dezelfde manier** inneemt.

Uit recente onderzoeken blijkt namelijk dat patiënten het schildklierhormoon levothyroxine (zie kader verderop) niet per se nuchter en een half uur voor het ontbijt hoeven in te

nemen.^{3,5} Inname in de avond of zelfs bij het ontbijt kan, mits dit consequent gebeurt en onder medische begeleiding. Hoe zit dat precies?

Nieuwe inzichten over inname-tijdstip

Een patiënt kan ook later op de dag een lege maag hebben, bijvoorbeeld 's avonds, enkele uren na het eten. Uit onderzoek blijkt dat inname van levothyroxine bij patiënten met hypothyreoïdie 's avonds net zo effectief is als inname voor het ontbijt.³

Op basis hiervan adviseren het Farmacotherapeutisch Kompas¹ en de NHG-Standaard *Schildklier-aandoeningen* (2025)⁴ inmiddels inname op een lege maag: óf een half uur voor het ontbijt, óf minimaal 2 uur na de avondmaaltijd. Belangrijk hierbij is dat de patiënt elke dag dezelfde manier (bijvoorbeeld met water) en hetzelfde tijdstip aanhoudt.

Nieuwe ontwikkeling: inname met het ontbijt

Maar de recente [INFINITY-studie van het Zuyderland Medisch Centrum en Erasmus MC](#) gaat nog een stapje verder. Daaruit blijkt zelfs dat patiënten levothyroxine ook *tijdens* het ontbijt kunnen innemen.⁵ Met een kleine aanpassing van de dosering is dat even effectief als nuchtere inname. Op basis van deze resultaten is de werkgroep van de G-standaard (database met onder andere de gebruiksinstructies voor toedienregistratiesystemen) momenteel aan het bekijken hoe ze deze de aanpassing kunnen verwerken. Sommige huisartsenpraktijken en apotheken die werken met Medicom® of Pharmacom®, geven per 1 april 2026 deze nieuwe informatie al wel aan de patiënt.⁶ Hun nieuwe advies is:

- Neem levothyroxine elke dag op hetzelfde moment, op dezelfde manier in.
- Inname kan zowel met als zonder eten.
- Bij verandering van het vaste inneemmoment: altijd eerst overleg met de arts; extra controle van de schildklierbloedwaarden is nodig om de dosering opnieuw in te stellen.
- Met eten kan soms een iets hogere dosering nodig zijn (tot ca. 15%).

Denk je dat je patiënt baat kan hebben bij een ander inname-moment, bespreek dit dan met de voorschrijver.

Wat is levothyroxine?

Levothyroxine is een synthetisch schildklierhormoon. Artsen schrijven dit voor aan patiënten met een traag werkende schildklier (hypothyreoïdie). Ook wordt het gebruikt om een tekort aan schildklierhormoon aan te vullen bij patiënten die medicatie zoals thiamazol, gebruiken om de schildklier te remmen.

Het advies om levothyroxine op een lege maag in te nemen hangt samen met de opname van het middel. Bij inname met alleen water en op een lege maag neemt het lichaam tot ongeveer 80% van het geneesmiddel op. Voeding, dranken (zoals koffie), andere medicatie en supplementen kunnen deze opname verminderen. Dit kan leiden tot een te lage hoeveelheid schildklierhormoon in het bloed.¹

Daarnaast heeft levothyroxine een smalle therapeutische breedte: het verschil tussen een juiste en een te lage/hoge dosis is dus klein. Kleine veranderingen in opname kunnen daardoor al effect hebben op de werking en bijwerkingen.²

Als je levothyroxine elke dag met hetzelfde voedsel of drank inneemt, is de afname altijd gelijk en kun je met een kleine dosisaanpassing toch uiteindelijk dezelfde bloedspiegel krijgen.

Deskundige

*Marieke Bulsink is apotheker en adviseur bij [Instituut Verantwoord Medicijngebruik](#).

Bronnen

1. Farmacotherapeutisch Kompas. Geraadpleegd op 14 april 2026. Zie www.farmacotherapeutischkompas.nl
2. Leidraad Verantwoord Wisselen Medicijnen (versie 2024). Utrecht/Den Haag/Zeist: FMS, KNMP, LHV, NHG, Patiëntenfederatie Nederland, ZN, 2024. Zie www.knmp.nl.
3. Pang X, Pu T, Xu L, Sun R. Effect of l-thyroxine administration before breakfast vs at bedtime on hypothyroidism. A meta-analysis. Clin. Endocrinol. 2020; feb 5 [Epub ahead of print].
4. NHG-Werkgroep Schildkliaandoeningen. NHG-Standaard Schildkliaandoeningen (versie 3.0). Utrecht: NHG, 2025. Zie richtlijnen.nhg.org.
5. Willems J, Twist D van, Helmich F, Medici M, Peeters R, Tummers – de Lind van Wijngaarden R. Timing of levothyroxine ingestion in the INFINITY-study: a randomized controlled trial comparing dose-adjusted, non-fasting and fasting levothyroxine ingestion. Endocrine Abstracts (2025) 110 P1086. DOI: [10.1530/endoabs.110.P1086](https://doi.org/10.1530/endoabs.110.P1086)
6. Health Base. Geraadpleegd op 14 april 2026. Zie www.healthbase.nl/nieuws-updates/gewijzigd-innameadvies-schildklierhormoon-levothyroxine

[Lees ook:](#)

[Levodopa: let op tijdstip van inname en wat de patiënt erbij eet](#)
