

Detta är en bilaga från Regionala riktlinjer vid förskrivning av beroendeframkallande läkemedel i Region Skåne.

För hela riktlinjen se <https://vardgivare.skane.se/siteassets/1.-vardriktlinjer/lakemedel/riktlinjer/ovriga-riktlinjer-och-direktiv/beroendeframkallande-lakemedel.pdf>

Dokumentet är fastställt av Läkemedelsrådet 2018-12-06
Riktlinjerna är giltiga t o m 2022-06-17

Patientinformation - Bensodiazepiner

Du behandlas med en s k bensodiazepin eller ett besläktat läkemedel.

Detta är en effektiv medicin, särskilt vid kortvarig eller tillfällig behandling av oro, ångest och sömnsvårigheter. Vid långvariga besvär finns många bättre behandlingsmöjligheter.

Medicineringen får inte överlåtas till andra. Den bör förvaras inlåst.

Behandlingstid och biverkningar

Vid långvarig behandling finns biverkningar och risker. Dessa utgörs av beroendeutveckling, ökad risk för fall och trafikolyckor, och i kombination med s k opioider även risk för allvarlig/dödlig överdosering. Dessutom ses hos många patienter trötthet, svårigheter att hålla koncentrationen och balanssvårigheter. Bensodiazepinbehandling kan förvärra eller utlösa psykiska besvär i form av ångest, oro och depressivitet.

Därför rekommenderas numer behandling i korta perioder eller intermittent (dvs. fåtaliga doser per vecka eller månad). Då minimeras riskerna och behandlingseffekten bibehålls.

Policy vid långvarig behandling med bensodiazepiner

- Förskrivning sker numer så att man får hämta ut medicin från apoteket ganska ofta – detta är av säkerhetsskäl.
- Dina risker för allvarliga biverkningar ökar om bensodiazepiner förskrivs när du samtidigt använder alkohol eller illegala droger. För din säkerhet kan din läkare ordinera provtagning i urin/blod.
- För att kunna behandla dig på ett medicinsk säkert sätt bör din läkare ha tillgång till Läkemedelsförteckningen som visar på uthämtade läkemedel 15 månader bakåt i tiden

Om du vill trappa ut din långtidsbehandling

Vad händer på kort sikt om du trappar ner?

- Alla får inte abstinenssymtom.
- Abstinenssymtom kan dock finnas under ganska lång tid och därför behöver nedtrappning ofta vara långsam.
- Följande kan förekomma: Hjärtklappning, svettning, handskakningar, sömnstörning, illamående eller kräkningar, övergående hallucinationer/illusioner, rastlöshet, ångest, krampanfall

Vad händer på längre sikt om du lyckas trappa ner?

- *I bästa fall:* Du blir piggare, får lättare att koncentrera dig, bättre balans och mindre besvär från mage-tarm.
- *I alla fall:* Mycket talar för att du slipper den ökade risken för trafikolyckor och fallolyckor
- *Det kan hända:* Att du mår ungefär som nu även efter nedtrappning.
- *Bonus:* När kroppen vant sig av med bensodiazepinerna innebär det att du i framtiden, om du skulle få en typ av psykiska besvär som passar för denna behandling, har tillgång till ett mycket effektivt läkemedel att använda korttids/tillfälligt.

Nedtrappningsschema bensodiazepiner

Vecka	Exempel med Oxascand, doser i milligram			Ditt schema för läkemedlet.....			
	Morgon	Middag	Kväll	kl. 8	kl.12	kl.17	kl.23
1	25	25	25				
2	20	20	20				
3	20	10	20				
4	20	10	10				
5	10	10	10				
6	10	5	10				
7	10	5	5				
8	5	5	5				
9	5	-	5				
10	5	-	-				
11	0						
12							
13							
14							
15							
16							