

STERKE SMERTESTILLENDE

INFORMASJON OM KORTVARIG BRUK



SMERTEREG

Nasjonalt kvalitetsregister
for smertebehandling

Bruk og nedtrapping av sterke smertestillende

Kjære pasient.

Du får nå smertelindring med et opioid, en gruppe sterke smertestillende medikamenter, som for eksempel morfin og kodein (Paralgin forte). Sterke smertestillende medikamenter må ofte benyttes for å oppnå tilstrekkelig smertelindring etter operasjoner, skader/brudd, og ved akutt smertefull sykdom. Medikamentene kan være nødvendige for at du skal klare å gjennomføre aktiviteter, trene og hvile slik som fysioterapeut eller lege har anbefalt. Det er godt dokumentert at bruk av smertestillende medikamenter i en kort periode er trygt, effektivt og bidrar til at en raskere når sitt normale funksjonsnivå. For de fleste vil den akutte fasen vare fra noen dager til noen uker i forbindelse med operasjon, skade eller sykdom. Hos noen kan smertene dessverre vare lenger.

Bruk av sterke smertestillende medisiner har vist seg å ha liten effekt mot langvarige smerter. Et unntak er lindring av smerte ved kreftsykdom. Langvarig bruk av opioid kan gi store bivirkninger, inkludert faren for psykisk avhengighet. Du vil vanligvis få råd og veiledning om nedtrapping av smertestillende medikamenter før du blir utskrevet fra sykehuset.



Bivirkninger du bør kjenne til

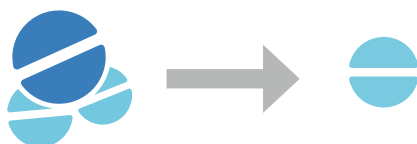
Trøtthet, svimmelhet eller snøvlete tale: Dette er tegn på at medikamentdosen er for høy. Ved for høy dose kan du også oppleve forvirring, drømmende tilstander eller hallusinasjoner. **Kontakt lege.**

Langsom pustefrekvens: Store doser med opioid kan påvirke respirasjonssenteret slik at du puster langsommere eller stopper helt å puste. Pusten blir ikke påvirket dersom du tar rett dose med medisin, slik legen har forskrevet. Opioider skal ikke brukes sammen med beroligende medisin eller sovemedisin uten at dette

er avtalt med lege. Medikamentene vil forsterke hverandre. Det samme gjelder slike medikamenter i kombinasjon med alkohol.

Treg og hard avføring: Forstoppelse er svært vanlig. De fleste vil ha behov for å bruke avføringsmiddel daglig. Du kan bruke Laktulose, Laxoberal, Movicol eller lignende. Fiberrik kost, rikelig drikke og aktivitet hjelper også mot forstoppelse.

Kvalme: Legen kan vurdere om dosen med opioid er for høy.



Når du skal trappe ned

Alle som bruker opioid i en periode på over 1-2 uker, vil få en fysisk tilvenning. Gradvis nedtrapping er derfor viktig for å unngå symptomer på abstinens. Når smertene blir svakere, minsker behovet for sterke smertestillende medisiner. Da er det viktig at dosen reduseres, for å unngå at du blir trøtt og svimmel.

Symptom på abstinens

Noen vil oppleve abstinens selv om de følger nedtrappingsplanen fra legen. Vanlige symptomer er en følelse av ubehag, muskelverk og frysninger. Noen opplever uro og blir rastløse, ofte kombinert med angstfølelse og dårlig nattesøvn. Diaré, oppkast og rennende nese kan også være tegn på abstinens. Abstinens i forbindelse med nedtrapping av opioid er ikke farlig. Noen ganger er det nok å vite at dette er symptomer som kommer på grunn av nedtrappingen, og som vil gå over etter en stund. Ved plagsomme abstinenssymptomer kan nedtrappingen gjøres langsommere enn først planlagt. Ta kontakt med din fastlege for å få hjelp med å lage en ny nedtrappingsplan.

Oppbevaring og retur av medikament

Sterke smertestillende medikament skal oppbevares trygt, slik at ikke barn eller uvedkommende har tilgang til medikamentene. Medisiner og medisinrester er miljøfarlig avfall, og skal ikke kastes i avfall eller i avløp. Ubrukte medikament skal etter behandlingsslutt returneres til apotek.



Når kan du kjøre bil?

Så lenge du bruker faste doser sterke smertestillende medikament (opioid) kan du som hovedregel ikke kjøre bil. Du oppfyller ikke helsekravene til førerkort i denne perioden. Dette gjelder for alle førerkortgrupper, inkludert moped, traktor og beltekjøretøy. Selv små doser med korttidsvirkende opioid kan redusere din evne til å kjøre bil.

Vi gjør oppmerksom på at det er andre regler for bilkjøring for de som har brukt opioid over lang tid på grunn av langvarige smerter, og dette må være avklart med lege.



Spørsmål?

Dersom du har spørsmål om nedtrapping av opioidbehandling etter utskrivelse fra sykehuset, kan du ta kontakt med avdelingen eller fastlegen for videre råd og hjelp.

Du kan ringe til følgende avdeling:.....

