

STERKE SMERTESTILLANDE

INFORMASJON OM KORTVARIG BRUK



SMERTEREG

Nasjonalt kvalitetsregister
for smertebehandling

Kjære pasient

Denne foldaren inneheld informasjon om bruk og nedtrapping av sterke smertestillande medikament.

Du får no smertelindrande behandling med eit opioid, ei gruppe sterke smertestillande medikament som for eksempel morfin og kodein (Paralgin forte). Sterke smertestillande medikament må ofte nyttast for å oppnå tilstrekkeleg smertelindring etter operasjonar, skadar/brot og ved akutt smertefull sjukdom.

Medikamenta kan vere nødvendige for at du skal klare å gjennomføre aktivitetar, trene og kvile slik som fysioterapeut eller lege har tilrådd. Det er godt dokumentert at bruk av smertestillande medikament i ein kort periode er trygt, effektivt og bidreg til at ein raskare når sitt normale funksjonsnivå. For dei fleste vil den akutte fasen vare frå nokre dagar til nokre veker i forbindelse med ein operasjon, skade eller sjukdom. Hos nokre kan smertene dessverre vare lenger. Bruk av sterke medisinar mot langvarige smerter har vist seg å ha liten effekt. Eit unntak er lindring av smerter ved kreftsjukdom. Langvarig bruk av opioid kan gi store biverknader, inkludert fare for at du blir psykisk avhengig. Du vil vanlegvis få råd og rettleiing om nedtrapping av smertestillande medikament før du blir utskriven frå sjukehuset.

Biverknader du bør kjenne til

Treg og hard avføring: Forstopping er svært vanleg. Dei fleste vil ha behov for å bruke avføringsmiddel dagleg. Ein kan bruke Laktulose, Laxoberal, Movicol, og liknande for å førebygge forstopping. Fiberrik kost, rikeleg drikke og å vere i aktivitet hjelper også.

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

Trøytt, svimmel eller snøvlete tale: Dette er teikn på at medikamentdosen er for høg. Ved for høg dose kan du også oppleve forvirring, drøymande tilstandar eller hallusinasjonar. Kontakt lege.

Langsam pustefrekvens: Store dosar med opioid kan påverke respirasjonscenteret slik at du pustar langsamare eller stoppar heilt å puste. Pusten blir ikkje påverka dersom du tar rett dose med medisin, slik legen har ordinert. Opioider skal ikkje brukast saman med alkohol, beroligande medikament eller sovemedisin, utan at dette er avtalt med lege. Medikamenta vil forsterke kvarandre. Det same gjeld medikament i kombinasjon med alkohol.



Når du skal trappe ned

Alle som brukar opioid dagleg i ein periode på over 1-2 veker vil få ei fysisk tilvenning. Gradvis nedtrapping er viktig for å unngå symptom på abstinens. Når smertene blir svakare, minkar behovet for sterke smertestillande medisinar. Dersom du ikkje trappar ned på smertestillande, kan dosen bli for høg og du blir sløv og svimmel.

Symptom på abstinens

Nokre vil oppleve abstinens sjølv om dei følgjer nedtrappingsplanen frå legen. Vanlege symptom er ein følelse av ubehag, muskelverk og frysingar. Nokre opplever uro og blir rastause, ofte kombinert med angst og dårleg nattesøvn. Diaré, oppkast og rennande nase kan også vere teikn på abstinens. Abstinens i samband med nedtrapping av opioid er ikkje farleg. Nokre gonger er det nok å vite at det er symptom som kjem på grunn av nedtrapping, og som vil gå over etter ei stund. Ved plagsame abstinenssymptom bør nedtrapping av dosen gjerast langsamare enn først planlagt. Ta kontakt med din fastlege for å få hjelp med å lage ein ny nedtrappingsplan.



Når kan du køyre bil?

Så lenge du bruker faste dosar sterke smertestillande medikament (opioid) kan du ikkje køyre bil. Du oppfyller ikkje helsekrava til førarkort i denne perioden. Dette gjeld for alle førarkortgrupper og inkluderer moped, traktor og beltekøyretøy.

Avslutning av langtidsverkande opioid

Du kan køyre bil tidlegast 16 timar etter siste dose langtidsverkande opioid. Det vil seie 16 timar etter du har tatt siste depottablett eller depotkapsel, og 16 timar etter at du har tatt av depotplasteret.

Ved bruk av korttidsverkande opioid

Du kan køyre bil på bestemte vilkår:

- Du bruker maksimalt 1 dose korttidsverkande opioid per døgn.
- Det må gå minst 8 timar frå du tar korttidsverkande opioid til du køyrer bil.

Behandlinga må vere avklart med legen. Sjølv små dosar med korttidsverkande opioid kan redusere di evne til å køyre bil.

Vi gjer merksam på at det er andre reglar for bilkøyring for dei som har brukt opioid over lang tid på grunn av kroniske smerter.



Spørsmål?

Dersom du har spørsmål om nedtrapping av opioidbehandling etter utskriving frå sjukehus, kan du ta kontakt med avdelinga eller fastlegen for vidare råd og hjelp.

Du kan ringe til følgande avdeling:.....

Denne informasjonen er utarbeidd av smerteklinikkene ved Haukeland universitetssjukehus, St.Olavs hospital, Universitetssjukehuset Nord-Norge og Oslo universitetssjukehus