

Tips og tricks om psykofarmaka i forbindelse med udtrapning

Udtrapning af medicin kræver ofte, at man skal tage mindre end 1 tablet eller 1 kapsel. Hvad gør man så?

Du kan altid spørge på dit apotek, om den medicin, du trapper ned, kan deles i mindre enheder. Men her kommer et par hovedregler:

ADVARSEL: På æsken og på indlægssedlen kan du altid se, hvilken type piller din medicin er. Hedder pillerne enterotabletter eller enterokapsler, må de under ingen omstændigheder deles. Enterotabletter og –kapsler er fremstillet på en måde, så det aktive stof ikke bliver udsat for mavesyren, og hvis de deles, kommer det aktive stof i kontakt med mavesyren og ødelægges.

Tabletter

De fleste tabletter er almindelige tabletter, og indholdsstoffet er fordelt ligeligt i hele tabletten.

Er der en **delekærv** (en kløft midt igennem tabletten), er det let at dele tabletten. Så kan du få halve tabletter. Og tabletter kan også deles i fjerde- og ottendedele, som nogle gange er nødvendige i den sidste del af en udtrapning.

Tabletter kan deles med en skarp kniv, men du kan også købe en tabletdeler eller tablett Guillotine på apoteket.

Du kan også dele tabletterne i ulige størrelser og lægge dem i størrelsesorden, så du begynder nedtrapningen med de største stykker først og slutter med de mindste.

Er der **ikke en delekærv**, kan tabletterne i nogle tilfælde godt deles alligevel. Men her skal du spørge apoteket til råds.

Depottabletter

Nogle tabletter er beregnet til at vare meget længe i kroppen, og de er ofte fremstillet på en måde, så indholdsstoffet er lang tid om at fordele sig i kroppen. De har et tillæg til navnet, fx depot, prolong, retard. De kan som udgangspunkt ikke deles.

Hvis der er en delekærv i depottabletten, må du dele den langs delekærven, men du må ikke dele den yderligere.

Mange præparater findes både som depot og ikke-depot, og hvis du har brug for at dele et depot-præparat, kan du tale med din læge om at skifte til almindelige tabletter.

Kapsler

Kapsler er lavet af husblas og har kun det formål at samle pulveret. Derfor kan de deles og pulveret kan opslemmes i vand, så du får en uklar blanding, du kan drikke. Den blanding kan du lave i en plastiksprøjte med ml-inddeling, og heraf kan du tage den mængde, der svarer til den dosis, du skal bruge. Det kræver lidt udregning.

Du kan bruge en 10 ml sprøjte, putte pulveret i sprøjten og suge vand op til 10 ml strengen. Sprøjten skal vendes/rystes et par gange for at få pulveret opslemmet. 1 ml svarer til 10%, 2 ml til 20% osv. Nu kan du så sprøjte den mængde, du skal bruge, ud i et lille glas og drikke det.

Depotkapsler

Nogle kapsler (depotkapsler) indeholder korn eller minitabletter, som er beregnet til at fordeles i kroppen over lang tid, og de kan i de fleste tilfælde skilles ad, og dele af indholdet kan drysses på yoghurt eller opslemmes i vand i en sprøjte som nævnt ovenfor.

Ændring af medicin for at kunne trappe ned

I enkelte tilfælde kan en nedtrapning ikke lade sig gøre med den medicin, du får, fordi det ikke er muligt at dele tabletten eller at få mindre af indholdet i en kapsel. Derfor kan man blive nødt til at skifte til medicin, der har samme virkning, men som findes i små styrker. Her skal du have hjælp fra din læge.

Hvem har ansvaret?

Du har som udgangspunkt ansvaret for din egen medicin og din nedtrapning. Det gælder også, hvis du tager medicinen anderledes, end lægen har foreskrevet.

Får du et forslag til en nedtrappingsplan, er det dit eget ansvar at få den godkendt eller drøftet med din læge.

Ændring af medicin skal helst foregå i samarbejde med din læge.

Hvis lægen er uenig i dit ønske om nedtrapning, så find en anden læge eller en udtrapningsterapeut, der kan hjælpe dig.

Apoteket kan give råd om deling af tabletter og kapselindhold.

Vi, der har udarbejdet denne vejledning, påtager os ikke noget ansvar i forhold til din medicin, eller hvordan du tager den. Du har selv ansvar for din medicin og den måde, du tager den på.

Tips og tricks om nedtrapning af psykofarmaka

Neuroleptika (inkl. lithium)

(mod manier, psykoser og hallucinationer)

Beroligende og sovemedicin

(mod angst og søvnløshed)

Depressionsmedicin

(mod angst og depression)

Speedlignende medicin

(mod ADHD)

Epilepsimedicin

(mod angst og bipolar sygdom)