

A portrait of a man with light skin and blue eyes, wearing a dark beanie and grey overalls over a grey t-shirt. He has his arms crossed and is looking directly at the camera. A large, stylized white pill icon is overlaid on the right side of the image. The background is a warm, blurred indoor setting.

novavi

model

TIL SMERTEPATIENTER OM AFHÆNGIGHEDSSKABENDE LÆGEMIDLER

Information, behandling og hjælp

Denne folder er lavet til dig, der bruger medicin som en del af din hverdag – og måske er blevet afhængig. Vi vil hjælpe dig med information om afhængighedsskabende lægemidler, som fx benzodiazepiner og opioider, deres virkninger, risici og dine muligheder for hjælp.



HVAD ER OPIOIDER OG BENZODIAZEPINER?

Opioider og benzodiazepiner – hvad gør de?

Opioider (fx Tramadol, Morfin eller Oxycodon) bruges til at lindre stærke smerter. De virker ved at blokere smertesignaler i hjernen.

Benzodiazepiner (fx Diazepam (Stesolid TM), Alprazolam (Xanax TM), Clonazepam (Rivotril TM) eller Oxazepam) bruges mod bl.a. angst og søvnløshed. De virker beroligende på hjernen.

Risiko: Din krop vænner sig hurtigt til medicinen, og du kan få brug for mere for at opnå samme virkning.

AFHÆNGIGHEDENS UDVIKLING



Første møde med medicinen

Du får udskrevet medicin eller får en pille fra andre. I starten bruger du den kun efter behov.



Tolerans opbygges

Din krop vænner sig til medicinen, og den mister gradvist sin effekt. Du begynder at tage en højere dosis for at opnå samme virkning.



Afhængigheden tager form

Du oplever cravings og abstinenser (uro, søvnløshed, smerter) mellem doserne og føler en stærk trang til at fortsætte med medicinen.



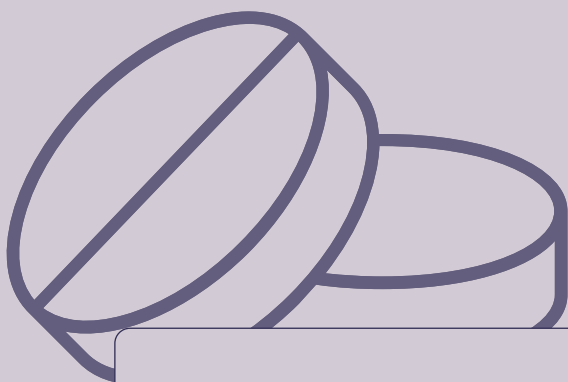
Vedvarende brug og tab af kontrol

Medicinen bliver en nødvendighed i din hverdag. Det føles næsten umuligt at stoppe uden hjælp, og det kan begynde at påvirke dit helbred, din økonomi eller dine relationer.



Vejen til behandling og bedring

Med den rette støtte kan du bryde afhængigheden. Nedtrapning, terapi og støtteordninger kan hjælpe dig med at genvinde kontrollen over dit liv.



VED LÆNGERE TIDS BRUG KAN OPIOIDER OG BENZODIAZEPINER FØRE TIL

Fysiske konsekvenser: Træthed, kvalme, forstoppelse, leverskader, hjerneskader eller vejrtrækningsproblemer.

Psykiske konsekvenser: Koncentrationsbesvær, angst, depressive symptomer, magtesløshed eller hukommelsestab.

Sociale konsekvenser: Isolation, forsømmelse af arbejde eller uddannelse eller konflikter med familie om medicinforbrug.

Overdoser: Høj risiko for forgiftning, især hvis medicinen kombineres med alkohol eller andre stoffer.



NEDTRAPNING

Nedtrapning af medicinen skal altid foregå i samarbejde med en læge for at undgå alvorlige abstinenser og bivirkninger.

Hvorfor nedtrappe?

En gradvis nedtrapning sikrer, at kroppen langsomt vænner sig til en lavere dosis, hvilket reducerer abstinenssymptomer som angst, søvnforstyrrelser, smerter, svedtendens og i alvorlige tilfælde kramper eller livstruende komplikationer.

Hvordan foregår det?

Nedtrapning af benzodiazepiner og opioider foregår gradvist for at undgå abstinenser og minimere risikoen for tilbagefald. Nedtrapningen tilpasses individuelt og indebærer langsom dosisreduktion med støtte fra læge, terapi og medicinsk behandling. Opfølgning er afgørende for en sikker og stabil nedtrapning, så kroppen og hjernen kan tilpasse sig forandringen.

TEGN PÅ **AFHÆNGIGHED**

- Du oplever et konstant behov for medicinen og har svært ved at kontrollere dit forbrug.
- Du fortsætter med at tage medicinen, selvom det har negative konsekvenser for din sundhed, hverdag eller relationer.
- Du mærker abstinenser eller uro, hvis du forsøger at skære ned eller stoppe.
- Du prioriterer medicinen over sociale relationer, fritidsinteresser og andre vigtige dele af dit liv.
- Du har brug for større doser for at opnå samme effekt.
- Du planlægger din dag omkring, hvornår du kan tage medicinen.
- Du har forsøgt at skaffe ekstra recepter eller opsøgt flere læger for at få mere medicin.

FÅ HJÆLP – DU ER IKKE ALENE

Behandlingsmuligheder

- Rådgivning og terapi: Hjælp til at håndtere smerter og afhængighed.
- Medicinsk støtte: En plan for nedtrapning, der passer til dig.



»Jeg begyndte at tage medicinen for at kunne leve mit liv. Nu føles det, som om jeg kun lever for medicinen.«

– Smertepatient



TAL MED **DIN LÆGE**

Din læge kan hjælpe dig med at finde den bedste løsning for dig og sikre, at du føler dig tryk i processen.



OM FONDEN NOVAVI

Not for profit-fond med over 60 års erfaring i specialiseret rusmiddelbehandling.

NOVAVI

Peter Bangs Vej 7a, 2. etage
2000 Frederiksberg

Telefon: 39 45 54 55
novavi@novavi.dk
novavi.dk

novavi