

Legemidler og ernæring

Farmasøyt Elin Baldersheim Nilsen
8. november 2023



**Utviklingssenter for
sykehjem og hjemmetjenester**
Agder

Mange som
jobber for å øke
bevisstheten på
bivirkninger

Les mer her:
MedSafetyWeek: Vær bevisst på bivirkninger -
Legemiddelverket



Legemiddelverket

1 d · 🌐

Denne uken er det [#MedSafetyWeek](#)!
Målet er å øke bevisstheten om bivirkninger av
legemidler 💊💊

Din melding bidrar til tryggere legemiddelbruk.
Les mer her: <https://bit.ly/3SvMiHe>



Hva skal til for DU mener det er verdt å ta legemidler?



Hvorfor er eldre mer utsatt for legemiddelrelaterte problemer?



- **Legemiddelomsetningen: (farmakokinetikk)**
Redusert nyrekapasitet: Noen legemidler vil være i kroppen lenger (forlenget $T_{1/2}$)
- **Virkningen av legemidler: (farmakodynamikk)**
Økt legemiddelfølsomhet og i mange tilfeller redusert dosebehov.
- **Endringer i sentralnervesystemet**
Redusert aktivitet i acetylkolin (signalstoff) som er viktig for kognitiv funksjoner (mentale funksjoner som er viktig for bl. annet tenking og læring)
- **Mange behandlingskrevende tilstander**
- **Mange legemidler samtidig (polyfarmasi)**

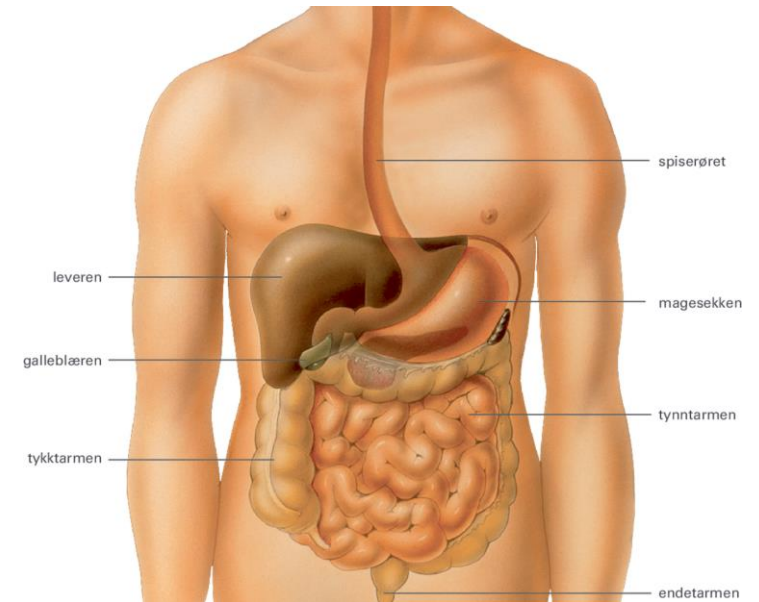
Gastrointestinale bivirkninger

Mage-tarm-symptomer

- Veldig vanlig legemiddel-bivirkning

OG

- Et vanlig forbigående symptom på
f.eks. virusinfeksjon eller kostholds-relaterte plager



Mekanisme	Legemiddel	Andre faktorer som bidrar
Langsommere tarmbevegelse (peristaltikk)	<u>Opioider</u> <u>Legemidler med antikolinerg effekt</u> Kalsiumkanalblokkere Sympatomimetika (<i>mot diaré</i>)	Immobilitet
Raskere tarmbevegelse (peristaltikk)	Kolinergika Dopaminagonister Acetylkolinesterasehemmere Avføringsmidler	Mage- tarminfeksjoner
Hardere tarminnhold	Vanndrivende <u>Legemidler med antikolinerg effekt</u>	Lite inntak av væske og fiber Dehydrering
Mykere tarminnhold	Avføringsmidler Antacida med magnesium Produkter med laktose eller sorbitol Ezetimib (<i>kolesterolsenkende</i>) Orlistat (<i>mot fedme</i>)	Diettendring: Økt inntak av vann, fiber og fett
Endret tarmflora -> forstoppelse	Jern, <u>Metformin</u>	Diettendringer
Endret tarmflora -> diare	<u>Metformin, Antibiotika</u>	Mage-tarminfeksjoner, Diettendringer
Skade på tarmveggen	Cytostatika, NSAIDs	Malignitet, Inflammatorisk tarmsykdom

Kilde: Husk at legemidler kan gi forstoppelse og diare! – RELIS, 01.11.2023

Endret peristaltikk: Opioider

- Alle opioider vil kunne gi tilnærmet lammelse av tarmen selv i små doser.
- Opioider
 - sterke: Morfin, Oxycodon, Fentanyl m. fl.
 - svake: Paralgin forte, Tramadol
- Viktigste bivirkning: Forstoppelse (kvalme/oppkast)
 - Ingen langtidsbehandling uten (vurdering av) forebygging av forstoppelse!
 - Gjelder også ved bruk av depot-plaster



Langsommere tarmbevegelser og hardere tarminnhold: Legemidler med virkninger på Acetylkolin i nervesystemet

Antikolinerge legemidler brukes ved

- Parkinsons sykdom
- Inkontinens
- Kvalme
- Astma
- Enkelte øyesykdommer

Legemiddelgrupper med utilsiktet antikolinerg aktivitet/bivirkninger

- Antihistaminer (Vallergan)
- Antipsykotika (Truxal, Zyprexa)
- Trisykliske antidepressiver (Sarotex)
- Midler mot Parkinsons sykdom (Madopar)

Sentrale og perifere bivirkninger

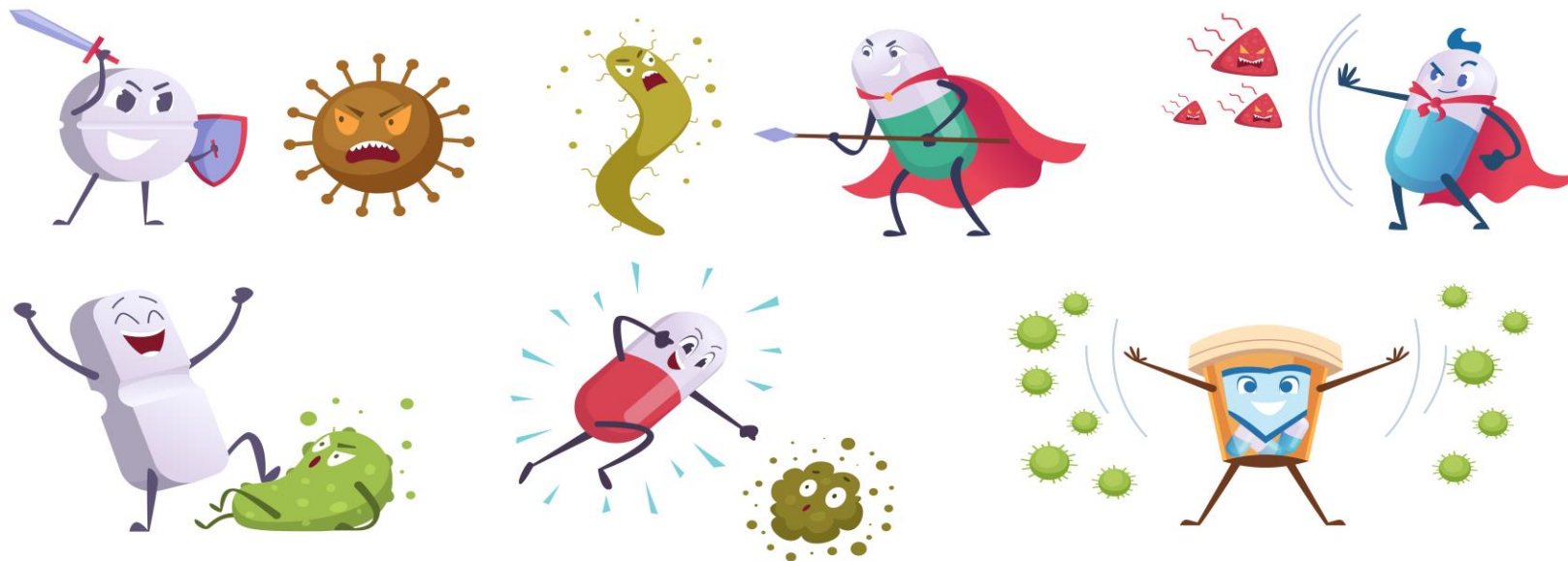
Sentrale antikolinerge bivirkninger:

- svimmelhet
- falltendens
- hukommelsestap
- nedsatt kognitiv funksjon
- delirium

Perifere antikolinerge bivirkninger:

- mage/tarm: kvalme, oppkast, forstoppelse
- hud/slimhud: munntørrehet, redusert svette
- urinveier: urinretensjon
- hjerte: palpitasjoner, arytmi
- kar: ortostatisk hypotensjon
- øye: uskarpt syn, forstørrede pupiller

Endret tarmflora: Antibiotika



Høye doser og bredspektret antibiotika øker risikoen for gastrointestinale bivirkninger

- Vanligste bivirkning: Diaré (forstoppelse og magesmerter)
- Bivirkninger kan reduseres ved å ta legemidlet sammen med måltid.

Endret tarmflora: Metformin

- Metformin - behandling av diabetes type 2
 - Bivirkninger: Magesmerter, diaré, kvalme, oppkast, redusert appetitt
- Metformin virker ved å blant annet redusere opptak av karbohydrater fra tynntarmen, og det kan gi symptomer fra tykktarmen.
- Bivirkninger forekommer ved behandlingsstart og forsvinner spontant i de fleste tilfeller.
- For å forhindre/ redusere disse bivirkningene, anbefales det å ta metformin i 2-3 daglige doser, for så å sakte øke dosen.



Bilde: Lommelegen - karbohydrater

Legemiddelhåndteringsforskriften

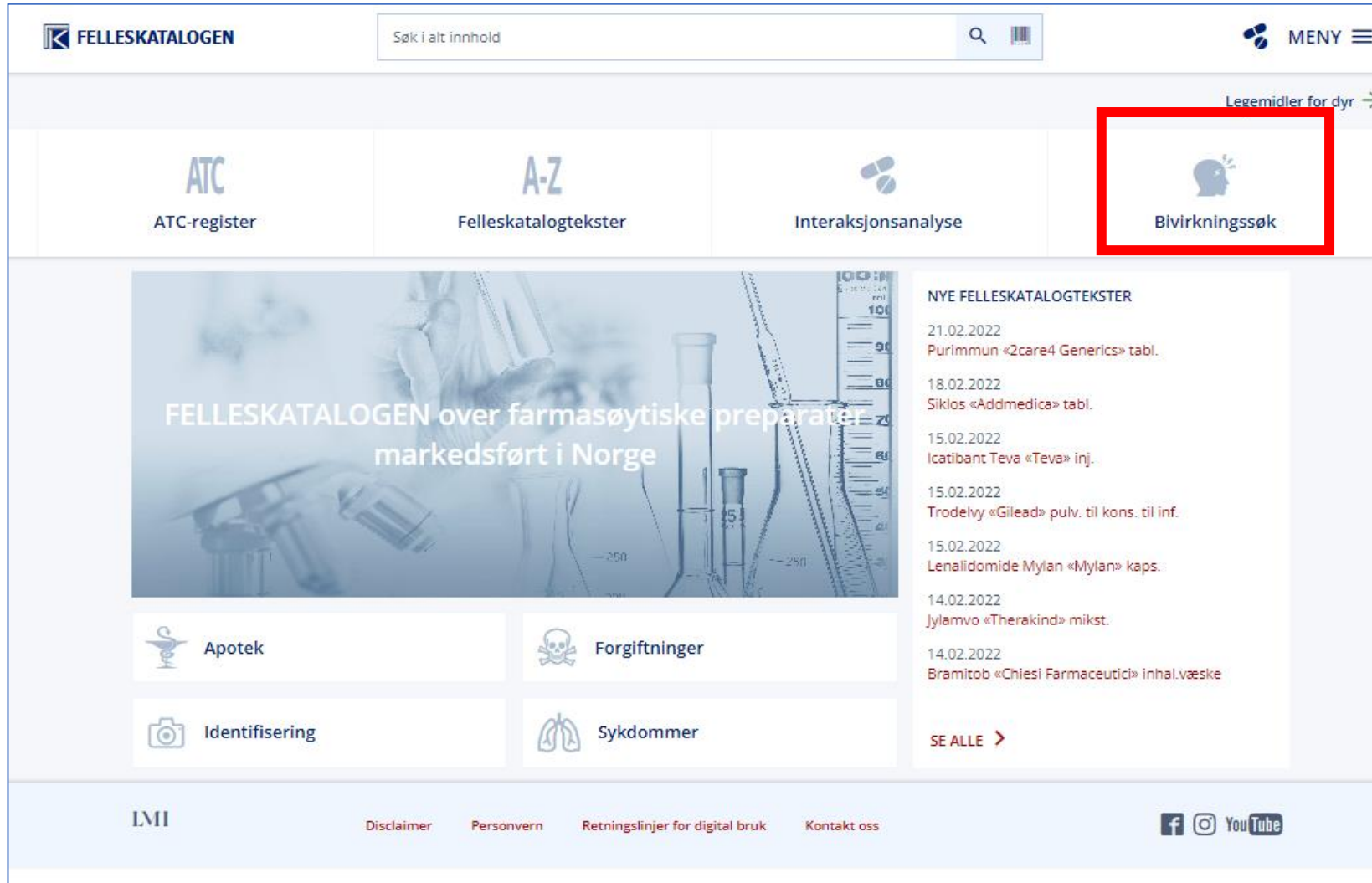
I forbindelse med utdeling **må** den som deler ut:

- riktig legemiddel gis til riktig pasient, i riktig dose, til riktig tid
- utdelingen kvalitetssikres
- vurdere pasientens tilstand før administrering av legemiddel
- **observerer** selve inntaket av legemidlet
 - eventuelle umiddelbare reaksjoner
 - eventuelle reaksjoner som opptrer senere, men som kan knyttes til legemiddelbruken
- reflektere over virkning, eventuelt manglende effekt av legemidlet, og rapportere dette.



Utviklingssenter for
sykehjem og hjemmetjenester
Vest-Agder

www.felleskatalogen.no



1. Ta frem mobil
2. Felleskatalogen.no (ikke app)
3. Velg bivirkningssøk
4. Tast inn mistenkt bivirkning
5. Tast inn de aktuelle legemidlene
6. Trykk søk
7. Snakk med sidemannen og gruppa di om resultatet

Bivirkningsanalyse Felleskatalogen

Bivirkningssøk

Velg én eller flere bivirkninger

Diaré (Diarrhoea)

Skriv inn legemidler og doser

Metformin tab 1000 mg

KJØR INTERAKSJONSANALYSE

Søkeinput bivirkninger

- Diaré (Løs mage, eng. Diarrhoea)

Resultat bivirkningssøk 2 treff

Glucophage «Merck» tabl.

(søkeinput Metformin tab 1000 mg)

De vanligste bivirkningene, som kvalme, oppkast, diaré, abdominalsmerter og nedsatt appetitt, forekommer ved behandlingsstart og forsvinner spontant i de fleste tilfeller. For å forhindre disse bivirkningene, anbefales det å ta metformin i 2-3 daglige doser, for så å sa... [Les mer](#)

Glucophage «Merck» tabl.

(søkeinput Metformin tab 1000 mg)

Gastrointestinale: **Diaré**

Svært vanlige

Beskrivelse av frekvensintervaller [+](#)

Oppgave 1: Tora skrives ut fra sykehus etter brudd

Toras legemiddelliste

- Detrusitol, 4 mg x1, mot inkontinens
- Simvastatin, 40 mgx1, mot høyt kolesterol
- Ramipril, 5 mgx1, mot høyt blodtrykk
- Imovane, 7,5mg, for søvnen, ved behov
- Paracetamol, 1g x3, mot smerter
- Tramadol, 50mg x3, mot smerter

Tora klager over «vondt i magen».

Bivirkninger?



Oppgave 2: Trude flytter inn i bolig

- Trileptal, 600mg x 2, morgen og kveld, mot epilepsi
- Yasmin 28, 1 tablett daglig, P-piller
- Ibux 400 mg
 - 1 tablett inntil 3 ganger daglig, ved smerter
- Paracet 500 mg
 - 1-2 tabletter inntil 3 ganger daglig, ved hodepine

Trude har dårlig matlyst, foretrekker chips og cola.

Bivirkninger?

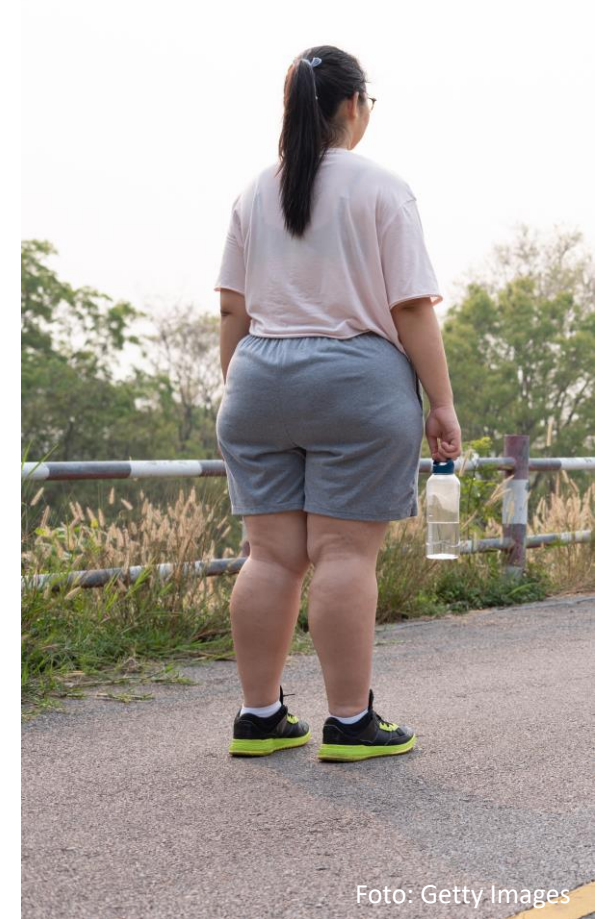


Foto: Getty Images

Hva kan vi prøve – forslag til tiltak

- Oppmerksom på problemstillingen *før* første gangs forskrivning og ved utfordringer.
- Hvis forsvarlig, kan prøveseponering i en periode forsøkes (sammen med lege).
- For enkelte legemidler vil symptomene forsvinne eller reduseres etter en viss tid, eller bli mindre ved inntak sammen med mat.
- Noen ganger bør kompensierende og forebyggende tiltak iverksettes, som for eksempel bruk av laktulose og økt væskeinntak i forbindelse med oppstart av opioider.
- Kostendringer

Hva kan vi prøve – forslag til tiltak

- Problemstillingen før første gangs forskrivning og
- Behandling i en periode forsøkes
- Hvis problemstillingen ikke løses, eller reduseres etter en viss tid, eller bli mindre
- For enkelte legemidler kan det være behov for kompensering som for eksempel bruk av laktulose og økt væskeinntak med oppstart av opioider.
- Kostendringer

Hva med medisinene?



Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester

Vest-Agder

Farmasøyt Elin Baldersheim Nilsen,
elin.baldersheim.nilsen@kristiansand.kommune.no

Kilder

- Legemiddelhåndteringsforskriften med rundskriv; <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/legemiddelhandteringsforskriften-med-kommentarer-rev>
- <https://www.bt.no/nyheter/lokalt/i/V49o1/Folk-dor-av-hemmelige-bivirkninger>
- Felleskatalogen – preparatomtaler og pakningsvedlegg www.felleskatalogen.no
- Produsentuavhengig legemiddelinformasjon for helsepersonell www.relis.no
- [Bruk av legemidler med antikolinerg virkning hos eldre | Tidsskrift for Den norske legeforening \(tidsskriftet.no\)](#)
- [Bedre ernæringspraksis – til det beste for pasientene | Tidsskrift for Den norske legeforening \(tidsskriftet.no\)](#)