

Innhold

Forkortelser	11
Innledning	15
Kapittel 1 Hva er rasjonell bruk av benzodiazepiner og z-hypnotika?	19
Når et gode blir et problem	20
Behandlingskultur	21
Veiledere og retningslinjer	21
Kunnskap og god praksis	22
Kapittel 2 Benzodiazepiners og z-hypnotikas historie og epidemiologi	24
Historikk	24
Historien om triazolam (Halcion®)	28
Hvordan havnet vi i denne situasjonen?	29
Epidemiologi	30
Kapittel 3 Rett bruk av benzodiazepiner	37
Generelt om bruk av benzodiazepiner	38
Sammensatte sykdomsbilder	39
Personen som bruker benzodiazepiner eller z-hypnotika noen ganger	40
Kapittel 4 Bruk av benzodiazepiner for søvnproblemer	42
Behandling av søvnproblemer	43
Slik kan du få bedre søvn	44
Kapittel 5 Benzodiazepiner for angstproblemer	46
Angst- og panikktildelser	47

	Angstbehandling	48
	Benzodiazepiner ved panikk lidelse	50
	Benzodiazepiner ved generalisert angst	51
	Benzodiazepiner ved spesifikke fobier	52
	Benzodiazepiner ved sosial fobi	52
Kapittel 6	Angstplager og grensen mot problematisk bruk . .	53
	Lavgradig bruk av benzodiazepiner over lang tid . . .	54
	Et liv med tabletter	56
	Angstpasienten som øker sitt forbruk	58
	Er det angst eller benzodiazepiner?	59
Kapittel 7	Bruk av benzodiazepiner ved annen psykisk	
	lidelse	62
	Depresjoner	63
	Akutte psykoser og schizofreni	64
	Akutte, rusutløste psykoser	65
	Bivirkninger av antipsykotika	66
	Manier og bipolar sykdom	67
Kapittel 8	Bruk av benzodiazepiner til behandling av	
	epilepsi	68
Kapittel 9	Bruk av benzodiazepiner ved abstinenser	70
	Alkoholabstinens	70
	Medikamentell behandling	70
	Ukomplisert alkoholabstinens	70
	Forebygging av alkoholisk delir (truende delir)	72
	Alkoholisk delir (delirium tremens)	72
	Abstinensutløste kramper	73
	CIWA-AR	74
Kapittel 10	Spesielle grupper	77
	Graviditet og amming	77
	Bruk hos barn og unge	78
	Bruk hos eldre	79
	Benzodiazepiner ved samtidige ruslidelser	80
	Bruk av benzodiazepiner hos LAR-pasienter	82

Kapittel 11	Problematisert bruk av benzodiazepiner	84
	Diagnostisering av skadelig bruk av benzodiazepiner og z-hypnotika	85
	Skadelig bruk	85
	Avhengighetssyndrom	86
	Hva er avhengighet?	87
	Spesielle forhold ved problematisert bruk av benzodiazepiner og z-hypnotika	89
	Skadelig bruk av flere legemidler/rusmidler samtidig	90
	Benzodiazepiner hos intravenøse rusmiddelbrukere	92
	BENDEP-SRQ	94
Kapittel 12	Behandling	98
	Behandling av problematisert bruk	98
	Mulige tiltak hos fastlegen	98
	Endret likevekt i hjernen	99
	Samarbeidet mellom fastlege og TSB	100
	Tverrfaglig spesialisert rusbehandling (TSB)	101
	Motiverende intervju (MI)	101
	Hvor mange tabletter må du ha for å ha en god dag?	104
	Nedtrapping er ofte ikke første tiltak	104
	Er du klar for jobben?	107
	En Valium® i lommen	107
	Problemer underveis	107
	Rus og psykisk lidelse	108
	Fastlegens samarbeid med TSB	108
	Informasjon og opplæring	109
	Abstinens	109
	Når nedtrapping stopper på grunn av abstinens	110
	CIWA-B ved nedtrapping av benzodiazepiner	110
	Langtidsabstinens?	113
	Behandlingstilbudets begrensninger	114
	Hvor skal pasienten henvende seg?	115
	Oppsummert om poliklinisk behandling	116
	Oppsummert om døgnbehandling	118

Kapittel 13 Forebygging	121
Legekontorets hverdagsproblemer	121
Har medisinene blitt et problem?	121
Farmakoedukasjon	122
Benzodiazepinproblemer sett fra førstelinjen	123
Legemiddelshopping og langing	124
Kvalitetssikring av egen forskrivningspraksis	124
Førstegangsforskrivning	125
Annengangsforskrivning	126
Langtidsforskrivning	127
Forslag til brev man kan sende til pasienten	128
Benzovettreglene	128
Kapittel 14 Lover og regler	130
Generelle bestemmelser	130
Må vi følge retningslinjer?	131
Forskrivning av benzodiazepiner og z-hypnotika ...	131
Helsepersonells eget bruk av benzodiazepiner	132
Helsekrav ved førerkort	134
Faste grenser	137
Helsetilsynets kontroll	139
Lover og regler omkring barnevern	141
Kapittel 15 Generell farmakologi	143
Begrepsavklaring	143
Farmakodynamikk	145
Akutt toleranse	147
Farmakokinetikk	149
Toleranse ved kronisk bruk	149
Abstinenser	150
Hva skjer over tid?	152
Farmakogenetikk	152
Serumkonsentrasjonsmålinger	153
Urinprøve/kontroller	153
Annet prøvemateriale	155
Virkninger og bivirkninger	155
Sedasjon	155
Amnesi	156
Andre kognitive bivirkninger	157
Psykomotoriske bivirkninger	158

Falltendens	158
Ruseffekter	159
Personlighetsendrende egenskaper og paradoksale reaksjoner	159
Interaksjoner	161
Kapittel 16 De enkelte benzodiazepinene	162
Alprazolam	163
Diazepam	164
Flunitrazepam	165
Klobazam	167
Klonazepam	167
Lorazepam	168
Midazolam	169
Nitrazepam	170
Oksazepam	171
Triazolam	172
Kapittel 17 Z-hypnotika	173
Zolpidem	173
Zopiklon	174
Kapittel 18 Andre stoffer	176
Klometiazol	176
Pregabalin	177
Gabapentin	177
Buspiron	178
Hydroksyzin	178
Antidepressiver	178
Ikke-selektive antihistaminer	179
Antikolinergica	179
Flumazenil	179
Kvetiapin	180
Kapittel 19 Benzodiazepiner i framtiden?	181
Videre lesning	184
Referanser	186
Register	205