

Patientinformation



Framtaget utifrån material från Region Blekinge



Att sluta med protonpumpshämmare

ex. Omeprazol, Esomeprazol

Protonpumpshämmare minskar produktionen av magsyra i magsäcken och används vid magsår, inflammation i matstrupen eller sura uppstötningar. Många använder dock protonpumpshämmare vid diffusa magbesvär eller under längre tid än vad som behövs. Man bör då prova att avsluta behandlingen.

Det finns olika läkemedel som gemensamt kallas protonpumpshämmare:

- *Omeprazol, Omeprazol, Losec, Omestad, Omezyl*
- *Esomeprazol, Nexium, Ulcerex*
- *Lansoprazol, Lanzo*
- *Pantoprazol, Pantoloc*

Kan ge biverkningar

Protonpumpshämmare kan, precis som andra läkemedel, ge biverkningar. Upptaget av vitamin B12, järn och kalcium kan minska. En viss ökad risk för lunginflammation, frakturer och vissa tarminfektioner har också satts i samband med användning av protonpumpshämmare. Därför ska man inte använda dessa läkemedel i onödan.

Besvär kan uppstå om man slutar tvärt

Vid kortare regelbunden behandling (mindre än en månad) med protonpumpshämmare kan behandlingen vanligtvis avslutas direkt. Vid längre behandling (mer än 1-2 månader) kompenserar kroppen för den lägre halten magsyra i magsäcken genom att öka antalet celler som producerar magsyra. Om behandlingen då avslutas tvärt finns det risk för att det i början bildas för mycket magsyra, vilket kan ge besvär i form av halsbränna och/eller sura uppstötningar. Utsöndringen av magsyra minskar efter ett tag till normal nivå och då brukar symtomen gå över. För att undvika besvär vid avslut av behandlingen rekommenderas att man minskar dosen stegvis.

Nedtrappning

För dig som använt protonpumpshämmare i 1 månad eller längre:

- Ta halva dosen varje dag under fyra veckor.
- Ta sedan halva dosen varannan dag under fyra veckor.
- Prova därefter att sluta med läkemedlet.

OBS! Nedtrappning sker med lägre styrka, inte genom att dela kapseln.

Om du får besvär under nedtrappningen kan du ta t.ex. Novaluzid® eller Novalucol®, som finns att köpa receptfritt. De neutraliserar magsyran och kan tas flera gånger per dag.

Om du fortfarande har besvär efter att behandlingen har avslutats kan du prova att ta halva dosen av protonpumpshämmaren var fjärde dag i fyra veckor, och sedan sluta med läkemedlet. Det kan ta tid innan besvären försvinner helt.

Fungerar inte ovanstående råd för dig – ta kontakt med din vårdcentral.

Det här kan du göra själv

Det finns saker som du själv kan göra för att minska magbesvären. Många upplever att förändringar i levnadsvanor kan göra skillnad, som exempelvis att:

- äta mindre fet mat samt även mindre av salt, kryddstark, rökt eller stekt mat.
- undvika eller minska intaget av kaffe och alkohol.
- sluta röka eftersom rökning kan orsaka magproblem.
- gå ned i vikt om du är överviktig.

Om besvären mestadels kommer på natten så kan du prova att höja huvudändan på sängen och undvika att äta sent på kvällen.