

Till dig som medicinerar med sömnmedel, starka värktabletter eller lugnande läkemedel

Sömnmedel, starka värktabletter och lugnande läkemedel är viktiga mediciner som du ska använda enligt läkarens ordination. Det är läkemedel som i de flesta fall skrivs ut för en kortare period. Att läkare undviker att skriva ut dem för en längre tid beror på att vissa av dem är beroendeframkallande.

Läkemedelsberoende

Om du blir beroende känner du ett sug efter själva läkemedlet och får abstinens utan det. Kroppen vänjer sig vid läkemedlet och du kan behöva allt högre doser.

Det varierar från person till person hur lätt man blir beroende. Om du sedan tidigare är beroende av till exempel alkohol är risken större att du drabbas av läkemedelsberoende.

Tänk på när du tar ett läkemedel som kan ge beroende

- Läkemedlet är avsett för dig och ingen annan. Förvara det så att inte barn eller obehöriga vuxna kommer åt det. Om du tappar bort läkemedlet får du inte ett nytt recept.
- Rådgör alltid med din läkare om du misstänker att du blivit beroende eller är rädd att du ska bli det.
- Kan du klara dig utan läkemedlet är det bra – men rådgör med läkaren innan du slutar med det. Du kan behöva trappa ner dosen lite i taget.
- Vid förnyelse av recept på beroendeframkallande läkemedel behöver du kontakt med din läkare. Du kan inte använda e-tjänster utan måste ringa din mottagning för att få kontakt med din läkare. Ofta krävs också ett besök hos läkaren innan du får mer läkemedel utskrivet.

Fungerar ditt läkemedel?

- Sover du illa trots sömnmedel
- har du ont trots smärtstillande eller
- är du orolig eller har ångest trots att du äter lugnande läkemedel?

Då kanske det är dags att se över din medicinering. Kontakta den mottagning som skrivit ut medicinen.

Mer information

Vill du veta mer om läkemedelsberoende, smärta, ångest eller sömnsvårigheter? Sök information på www.1177.se.