

INFORMATIONSPAKET

Visste du det här om dina mediciner och alkohol?



Förlag:

Föreningen för förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf 2/2021

Kontroll av läkemedelstabellen och uppdatering av texten:

Henna Kyllönen, expertprovisor, Apotekarförbundet

Layout: Carnivore Oy

Kan även laddas ner från nätet: ehyt.fi

Information om guidens läkemedelstabell

Läkemedelstabellen i den här guiden är avsedd att hjälpa vid kontrollen av den egna kunskapen om mediciner. Guiden ska ge särskilt stöd vid användning av läkemedel för äldre. Man bör alltid kontrollera de aktuella och mest exakta uppgifterna från läkemedlets bipacksedel, läkaren eller apoteket.

Uppgifterna i tabellen har samlats in av Föreningen för förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf, i samarbete med Apotekarförbundet. Som källor har man använt uppgifterna i bipacksedlarna och preparatsammandragen som finns på Säkerhets- och utvecklingscentret för läkemedelsområdet Fimeas och Läkemedelsinformationscentrets webbplatser.

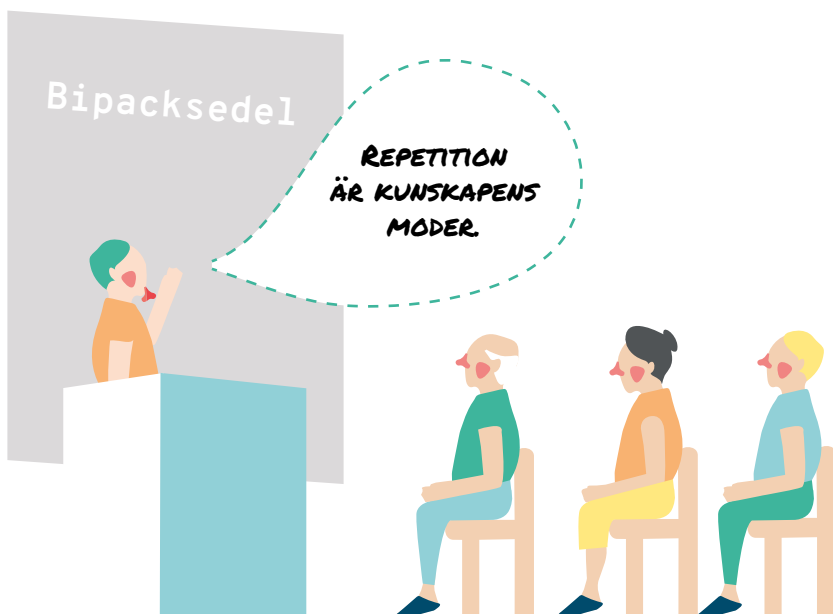
Läkemedlen som nämns i tabellen har valts ut på grundval av deras utbredda användning eller deras negativa effekt relaterat till alkohol. Det är alltså värt att notera att man alltid bör undvika att använda alkohol i samband med medicinering och att listan inte omfattar alla läkemedel eller läkemedelsgrupper.

Det finns också mycket nyttig information om medicinering i tillförlitliga offentliga källor på nätet såsom Hälsobyn (terveyskyla.fi/sv) och Terveyskirjasto (terveyskirjasto.fi).

Hurdan inverkan har alkoholen på olika läkemedel?

Kontrollera dina uppgifter med hjälp av läkemedelslistan i den här guiden!

Observera att listan inte är fullständig. Det kommer hela tiden nya läkemedel och ny information. Det lönar sig alltid att kontrollera den senaste informationen från bipacksedeln i ett läkemedel. Du kan be om hjälp av din läkare eller apoteket.



Tips för att hålla koll på information om läkemedel

Läkemedlens bipacksedlar är ofta skrivna med mycket liten text. Bipacksedlarna finns också på nätet till exempel i Fimeas söktjänst för mediciner: fimea.fi/web/sv/soktjanster_och_forteckningar/ Be din kompis eller släkting om läshjälp vid behov.

Berätta för dina närstående var dina mediciner och informationen om din medicinering finns där hemma. Informationen kan vara till nytta om du behöver akut vård.

Dina recept är elektroniska och finns på Mina Kanta-sidorna på kanta.fi.

Ändå har endast du den senaste och mest täckande informationen om de mediciner som du använder. Samla ihop den till en läkemedelslista. Skriv också upp egenvårdsläkemedel, vitaminer, naturpreparat och alternativa produkter. Du kan be att ditt apotek hjälper dig att uppdatera läkemedelslistan. Kontrollera att även läkaren har tillgång till aktuell information om din medicinering.

**KOM IHÅG
ATT TA MED DIG
DIN LÄKEMEDELS-
OCH HÄLSOINFORMATION
PÅ RESOR!**



Varför har alkoholen en kraftig inverkan på åldringar?

När vi åldras minskar muskelmassan och därmed andelen vatten i vår kropp. Samtidigt höjs den relativa fettprocenten. Dessa förändringar är förhållandevis större hos män än hos kvinnor, eftersom män ursprungligen har större muskelmassa.

Kroppens filter är inte längre lika effektiva som tidigare. Permeabiliteten hos blod-hjärnbarriären i hjärnan ökar. Detta leder till högre läkemedelshalter i det centrala nervsystemet och därmed ökar även sannolikheten för biverkningar i det centrala nervsystemet. Njurarna fungerar sämre och leverns nerbrytningsförmåga minskar. Saltbalansen i kroppen rubbas lättare än tidigare. Också hormonsystemet förändras.

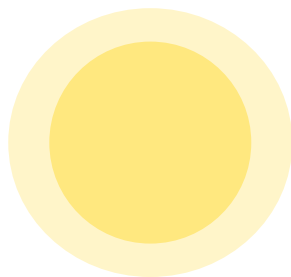
Kroppens vätskebalans påverkas också av vätskedrivande diuretika. Det finns diuretika i många nödvändiga läkemedel såsom blodtrycksmediciner eller läkemedel för behandling av hjärtsvikt. Andra diuretika är till exempel koffein och alkohol.



Tips:

När vi åldras minskar känslan av törst. För att undvika vätskebrist lönar det sig att dricka vatten innan man går och lägger sig. Ställ ett glas vatten på nattbordet om du vaknar på natten eller för morgonen. Det här är särskilt viktigt när det är varmt väder!

**NÄR VI ÅLDRAS BLIR VÅR
KROPP ALLT "TORRARE".
DÄRFÖR HAR ALKOHOLEN
EN KRAFTIGARE INVERKAN
ÄN TIDIGARE!**



Vardag och fest

Alkoholen blivit en allt vanligare del av vår vardag.

Vi dricker ofta för att ha roligt eller för att fira
bemärkelsedagar eller framgångar. Särskilt bland
65-74-åringar har alkoholkonsumtionen ökat.

Detta betyder att de som dricker, dricker mer än den
förra generationen i samma ålder. Antalet nykterister
har också minskat.

Statistiken visar att när vi är pensionärer har vi samma
dryckesvanor som när vi var i medelåldern.





Syftet med följande läkemedelstabell är att hjälpa dig ta reda på om de mediciner som du använder har möjliga interaktioner med alkohol. Att repetera uppgifterna hjälper oss att undvika skador. Följ alltid läkarens och apotekets anvisningar när du tar medicin. Apoteket ger speciellt råd om hur du tar medicinen och påminner om att undvika alkohol när detta särskilt bör tas i betraktande. Observera att läkemedelslistan i den här guiden inte täcker alla läkemedel och att det kommer ny information hela tiden. Kontrollera alltid den senaste informationen i bipacksedeln för din medicin. Om du funderar på något, fråga råd från apoteket eller av din läkare.

Tips:

Om du när du blir pensionerad byter från arbetshälsovård till någon annan hälsovård, se till att nödvändig information överförs till det nya stället.

Läkemedelstabell

Läkemedlens produktnamn	Exempel på läkemedel
Läkemedel mot allergier	
Cetirizin, Heinix, Histec, Zyrtec	cetirizin
Antibiotika	
Flagyl, Helipak A, Trikozol	metronidazol (när det tillförts oralt)
Antidiabetika läkemedel	
Glucophage, Metforem, Metformin, Oramet och kombinationsprodukterna Eucreas, Janumet, Komboglyze och Velmetia	metformin
Synjardy, Segluromet, Xigduo	dapagliflozin, empagliflozin, erguliflozin
Invokana	kanagliflozin

Möjliga reaktioner när det används tillsammans med alkohol

Förenlighet med alkohol

Behandlingsdosen förstärker inte alkoholens effekt.

Bör inte användas vid riklig eller regelbunden alkoholkonsumtion. Försiktighet rekommenderas.

Antabusreaktion (förhöjd puls, illamående, värmekänsla)

Bör inte kombineras med alkohol. Undvik alkohol ännu minst 1-2 dygn efter att kuren tagit slut.

Laktatacidos särskilt i samband med fasta, undernäring och nedsatt leverfunktion.

Bör inte kombineras med alkohol.

Diabetisk ketoacidosis

Diabetisk ketoacidosis

Undvik särskilt rikligt alkoholbruk.

Antiepileptiska läkemedel	
Apydan, Neurotol Slow, Oxcarbazepin, Tegretol, Trileptal	karbamazepin, oxkarbazepin
Topimax, Topiramet	topiramet
Absenor, Deprakine, Orfiril Long, Valproat	valproat
Impotensläkemedel	
Cialis, Spedra, Tadalafil	avanafil, tadalafil
Sildenafil, Viagra, Vizarsin	sildenafil
Smärtstillande och antiinflammatoriska medel	
ASA-Ratiopharm, Aspirin, Disperin, Primaspan; kombinationsprodukt såsom Finrexin eller Treo	acetylsalicylsyra
Pamol, Panadol, Paracetamol, Paramax, Para-Tabs	paracetamol
Svaga opioider: Altermol, Ardinex, Buprenorphine, Bupremyl, Dolatramyl, Norspan, Panacod, Paramax-Cod, Skudexa, Temgesic, Tradolan, Tramadin, Tramal, Tramadol, Tramium, Trampalgin	Buprenorfin, kodein, tramadol

Andningssvårigheter, dåsig- het, försämrad motorik, yrsel, minnesstörningar	Försämrar alkoholtoleransen, bör inte kombineras med alkohol.
	Alkoholkonsumtion rekommenderas inte under behandlingen
Yrsel, huvudvärk, svimningar, förhöjd puls, sänkt blodtryck.	Bör inte kombineras med riklig alkoholkonsumtion.
Kan minska förmågan att få erektion.	
Ökar fara för skador på slemhinnorna i magen och matsmältningskanalen samt blödningar.	Bör inte användas vid samtidig eller regelbunden alkoholkonsumtion.
Leverskador	Bör inte kombineras med alkohol.
Andningssvårigheter, dåsighet, yrsel, sänkt blod- tryck, försämrad motorik, minnesstörningar, fara för överdosering, koma	Bör inte kombineras med alkohol.

<p>Starka opioider: Abstral, Dolmed, Durogesic, Fentanyl, Instanyl, Matrifen, Morphine, Morphin, Oramorph, Oxanest, Oxycodone, Oxycontin, Oxynorm, Oxyratio, Palladon, PecFent, Tanonalla, Targiniq</p>	<p>fentanyl, hydromorfon, metadon, morfin, oxikodon</p>
<p>Neuropatisk smärta: Gabapentin, Gaprion, Lyrica, Neurontin, Pregabalin</p>	<p>till exempel gabapentin, pregabalin</p>
<p>Kolesterolsänkande läkemedel</p>	
<p>Atorbir, Atorvastatin, Crestor, Fluvastatin, Lescol, Lipcut, Lovastatin, Orbeos, Pravastatin, Rosuvastatin, Zocor</p>	<p>Atorvastatin, fluvastatin, lovastatin, pravastatin, rosuvastatin, simvastatin</p>
<p>Kombinationsprodukter såsom: Euvascor, Triveram,</p>	
<p>Lipanthyl Penta, Fenosup lidose</p>	<p>fenofibrat</p>
<p>Muskelavslappande medel</p>	
<p>Baclofen, Baklofen, Lioresal, Norflex, Sirdalud samt kombinationsprodukten Norgesic</p>	<p>baklofen, orfenadrin, tizanidin</p>

Andningssvårigheter, dåsighet, yrsel, sänkt blodtryck, försämrad motorik, minnesstörningar, fara för överdosering, koma	Undvik alkohol under behandlingen. Alkoholkonsumtion rekommenderas inte under behandlingen.
Muskelrelaterade biverkningar (rabdomyolys) och förändringar i blodfettvärden.	Bör inte kombineras med riklig alkoholkonsumtion.
Muskelrelaterade biverkningar (rabdomyolys) och förändringar i blodfettvärden.	Bör inte kombineras med riklig alkoholkonsumtion.
Andningssvårigheter, sänkt blodtryck, dåsighet; förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet	Bör inte kombineras med alkohol.

Läkemedel mot åksjuka	
Marzine, Postafen	meklozin, cyklizin
Antidepressiva läkemedel	
Tricykliska antidepressiva såsom: Anafranil, Doxepin, Limbitrol, Noritren, Pertriptyl, Surmontil, Triptyl	amitriptylin, doxepin, imipramin, klomipramin, nortriptylin, trimipramin
SSRI-preparat såsom: Cipralext, Citalopram, Escitalopram, Fluoxetin, Fluvosol, Optipar, Paroxetin, Sepram, Seromex, Seronil, Seroxat, Sertralin, Zoloft	escitalopram, fluoxetin, fluvoxamin, paroxetin, sertralin, citalopram
SNRI-preparat såsom: Cymbalta, Duloxetin, Efexor, Loxentia, Venlafaxin, Yentreve	duloxetin, venlafaxin
Övriga antidepressiva läkemedel: Agomelatine, Brintellix, Valdoxan, Voxra	agomelatin, bupropion, mianserin, trazodon, vortioxetin
Övriga antidepressiva läkemedel: Mirtazapin	mirtazapin
Nikotinberoende, rökavvänjning	
Zyban	bupropion

<p>Dåsighet, yrsel, förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet</p>	<p>Bör inte kombineras med alkohol.</p>
<p>En förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet uppkommer som exempelvis dåsighet, yrsel och försämrad motorik; ökad risk för verkningar från överdosering.</p>	<p>Bör inte kombineras med alkohol, särskilt med riklig eller regelbunden alkoholkonsumtion.</p>
<p>Ökad risk för verkningar från överdosering.</p>	<p>Bör inte kombineras med alkohol.</p>
<p>Försvagad alkoholtolerans. Ökad risk för verkningar från överdosering.</p>	<p>Undvik alkohol under behandlingen. Alkoholkonsumtion rekommenderas inte under behandlingen.</p>
<p>Försvagad alkoholtolerans.</p>	<p>Undvik alkohol under behandlingen.</p>

Psykofarmaka

Clozapine, Froidir, Leponex, Olanzapin, Risperdal, Risperidon, Zalasta, Zyprexa	klozapin, olanzapin, risperidon
Abilify, Aripiprazol, Latuda, Sycrest, Zeldox, Ziprasidoni	aripiprazol, asenapin, lurasidon, ziprasidon
Biquetan, Ketipinor, Quetiapine, Seroquel	quetiapin
Reagila, Rxulti	brexpiprazol, kariprazin

Hjärtmediciner och antiarytmiska läkemedel

Nitro, Nitroglycerin	glyceryltrinitrat
Antiarytmiska läkemedel såsom: Cordarone	amiodaron
Isoptin retard, Verpamil	verapamil

Dåsighet, yrsel, försämrad motorik, förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet, ökad risk för verkningar från överdosering.	Bör inte kombineras med alkohol.
	Undvik alkohol under behandlingen.
Dåsighet, yrsel, försämrad motorik, förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet. Risk för bukspottskörtelinflammation och leverskada.	Alkoholkonsumtion bör undvikas under behandlingen.
Dåsighet, yrsel, försämrad motorik, möjlig förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet.	Alkoholkonsumtion rekommenderas inte under behandlingen.
För lågt blodtryck; yrsel, svimningar, fall	Alkohol bör undvikas på grund av att blodtrycket sjunker för lågt.
Leverskador	Bör inte användas vid riklig eller regelbunden alkoholkonsumtion.
Ökade skadliga verkningar från alkohol.	Försiktighet rekommenderas speciellt vid riklig alkoholkonsumtion.

Sömnmedel och lugnande medel	
Alprazolam, Diapam, Dormicum, Insomin, Lorazepam, Medipam, Nitrazepam, Opamox, Oxamin, Stesolid, Temesta, Tenox, Xanor	alprazolam, diazepam, lorazepam, midazolam, nitrazepam, oxazepam, temazepam
Imovane, Slorex, Somnor, Stella, Zolpidem, Zopiklon, Zopinox, Zopitin	zopiklon, zolpidem
Blodförtunnande läkemedel	
Marevan	varfarin
Blodtrycksmediciner, vätskedrivande medel	
Betablockerare såsom: Atenblock, Atenolol, Bisoproact, Bisoprolol, Emconcor, Orloc, Propral, Propranolol, Ranoprin, Tenoprin	atenolol, bisoprolol, propranolol
Betablockerare såsom: Logimax, Metohexal, Metomylan, Metoprolol, Metoprolin, Seloken, Spesicor	metoprolol

<p>En förstärkt dämpande verkan på det centrala nervsystemet framträder som till exempel dåsighet, yrsel och försämrad motorik.</p>	<p>Bör inte kombineras med alkohol.</p>
<p>Inre blödningar särskilt i samband med nedsatt leverfunktion</p>	<p>Bör inte användas vid riklig eller regelbunden alkoholkonsumtion.</p>
<p>Sänkt blodtryck som anknyter till ställningen vid uppstigning, varvid möjligheten att ramla omkull ökar. Långvarig användning av alkohol höjer blodtrycket och försämrar blodtrycksmedicinens effekt.</p>	<p>Rekommenderad försiktighet vid alkoholbruk.</p>
<p>Möjlighet för ökade skadliga verkningar från alkohol.</p>	<p>Rekommenderas särskild försiktighet vid alkoholkonsumtion.</p>

<p>Vätskedrivande medel och kombinationsprodukter såsom: Amitrid, Bisoprolol comp, Diuramin, Emconcor comp, Hydrex, Orloc comp</p>	<p>hydroklortiazid + en annan blodtrycksmedicin</p>
<p>ACE-hämmare och kombinationsprodukter såsom: Accupro, Cardace, Enalapril, Linatil, Linatilsan, Ramipril, Renitec, Zanipress</p>	<p>enalapril, kinapril, ramipril</p>
<p>AT1-blockerare och kombinationsprodukter såsom: Cozaar, Lesamor, Losartan, Losarstad, Losatrix, Micardis, Telmisartan, Tolucombi, Tolura</p>	<p>losartan, telmisartan</p>
<p>Övriga blodtrycksmediciner: Lercanidipin, Oridip, Zanidip</p>	<p>lerkanidipin</p>
<p>Hostmediciner</p>	
<p>Resilar, Rometor</p>	<p>dextrometorfan</p>

<p>Sänkt blodtryck som anknyter till ställningen vid uppstigning, varvid möjligheten att falla ökar. Långvarig användning av alkohol höjer blodtrycket och försämrar blodtrycksmedicinens effekt.</p>	<p>Rekommenderad försiktighet vid alkoholbruk.</p>
<p>Yrsel, illamående, huvudvärk, plötsligt blocktrycksfall vid uppstigning</p>	<p>Försiktighet rekommenderas vid alkoholkonsumtion.</p>
<p>Yrsel, illamående, huvudvärk, plötsligt blocktrycksfall vid uppstigning</p>	<p>Försiktighet rekommenderas speciellt vid riklig alkoholkonsumtion.</p>
<p>Ökade skadliga verkningar från alkohol.</p>	<p>Alkohol bör undvikas på grund av att blodtrycket sjunker för lågt.</p>
<p>Ökade verkningar på det centrala nervsystemet såsom trötthet, yrsel och förvirring.</p>	<p>Bör inte kombineras med alkohol.</p>

Avslappning och rutiner

Vänskap är guld värd. Enligt undersökningarna påverkas även vår fysiska hälsa av närstående människors sällskap och stöd. Människorna har olika rutiner. Någon måste få sitt kaffe på morgonen, annars blir det till ingenting. En annan tar en sängfösare för att kunna somna.

När man vet sina egna rutiner och känner igen situationerna med alkoholkonsumtion är det lättare att minska på drickandet. Du kan tala med läkaren eller med sköterskan om det. Berätta också om du har smärtor.

När man diskuterar tillsammans kan man hitta nya sätt att agera.



**ENLIGT
UNDERSÖKNINGARNA
ANVÄNDS ALKOHOL ÄVEN
FÖR ATT LINDRA KÄNSLAN
AV ENSAMHET OCH FÖR
ATT SLAPPNA AV.**

Tips:

Du kan slappna av och uppnå en god sömn på många sätt, till exempel genom motion, kultur eller genom att gå i bastu.

Registrering av alkoholportionerna

Riskgränserna är samma för kvinnor och män. Det är bra att komma ihåg att olika sjukdomar och medicineringar försvagar toleransen. Dessutom finns det individuella skillnader för tolerans.



VISSTE DU ATT RISKGRÄNSERNA FÖR ALKOHOLKONSUMTION FÖR ÖVER 65-ÅRINGAR ÄR HÖGST 2 PORTIONER I GÅNGEN OCH 7 PORTIONER I VECKAN. DETTA GÄLLER BÅDE MÄN OCH KVINNOR.



Tips:

Anteckna alla drycker som du dricker exempelvis under en vecka eller en månad. Så här får du en ärlig bild om dina dryckesvanor. Skriv ner dryckerna på ett papper eller ladda ner den avgiftsfria OttoMitta-applikationen! Läs mer: ehyt.fi/ottomitta (på finska). Du kan också mäta din riskgräns för alkohol med AUDIT-testet <http://www.huugo.fi/audit-testi/>.

En portion alkohol motsvarar:

- En flaska mellanöl, cider eller longdrink (33 cl)
- Ett glas rött eller vitt vin (12 cl)
- Ett litet glas sherry, madeiravin, vermut eller annat starkvin (8 cl)
- Ett snapsglas stark alkohol såsom brännvin, konjak, whisky, rom eller likör (4 cl)

Beroende på individen tar det cirka 1–2 timmar för en portion alkohol att förbrännas i kroppen.

Rusmedelsrådgivning dygnet runt



0800 900 45





OttoMitta-applikationen



Ytterligare information: ehyt.fi/taitolaji
AUDIT-testet: paihdelinkki.fi/fi/node/707