

Bensódíazepín og Z-lyf, ólíkar ábendingar en sama verkun

Ólafur B. Einarsson verkefnastjóri • Alma D. Möller landlæknir



Nokkuð hefur borið á ábendingum til Embættis landlæknis frá apótekum um að læknar ávísi ávana- og fíknilyfjum þegar einstaklingar eiga fyrir óútleyst sömu lyf í gátt. Samkvæmt reglugerð nr. 740/2020 er læknum óheimilt að ávísa þessum lyfjum ef fyrir er í gátt óútleyst ávísun fyrir sama lyfi, af sama styrk og sama formi. Þetta á við um öll ávana- og fíknilyf en ábendingar vegna svefnlyfja og róandi lyfja hafa verið mest áberandi.

Þegar tekin eru mörg lyf samtímis getur skapast vandi, bæði vegna samverkunar og milliverkunar lyfja. Vandí getur skapast ef tvö lyf verka bæði á sömu ferla í líkamnum, annaðhvort gegn hvoru öðru eða á sama hátt. Fyrrgreint ákvæði um ávísanir var sett í umrædda reglugerð vegna tíðra ávísana sömu lyfja á einstaklinga. Reglugerðin tekur hins vegar ekki á því þegar sambærilegu lyfi, eða jafnvel sama lyfi í öðrum styrk, er ávísað. Í Noregi eru leiðbeiningar sem segja að takmarka eigi ekki bara ávísanir lyfja með sama innihaldsefni heldur einnig ávísanir ákveðinna lyfja saman.¹ Þannig er mælt gegn því að tekin séu til dæmis svefnlyfin Zópíklón og/eða Zolpídem (Z-lyf) ásamt róandi lyfjum (Bensódíazepín) á sama tíma.

Þó að Z-lyf hafi ólíka byggingu miðað við bensódíazepín verka þau á sömu viðtaka. Árið 2006 voru nærri 1300 einstaklingar sem leystu út Zópíklón og Zolpídem á sama tíma (innan 30 daga) en með tilkomu lyfjagagnagrunns, auknu eftirliti og betra aðgengi lækna að upp-

lýsingum hefur tilvikum fækkað þar sem einstaklingar leysa út lyfin á sama tíma. Tæplega 600 manns fengu ávísað bæði Zópíklón og Zolpídem á sama tíma árið 2019, sjá mynd 1. Það má því álykta að tilkoma lyfjagagnagrunns árið 2006 hafi auðveldað læknum þessa yfirsýn.

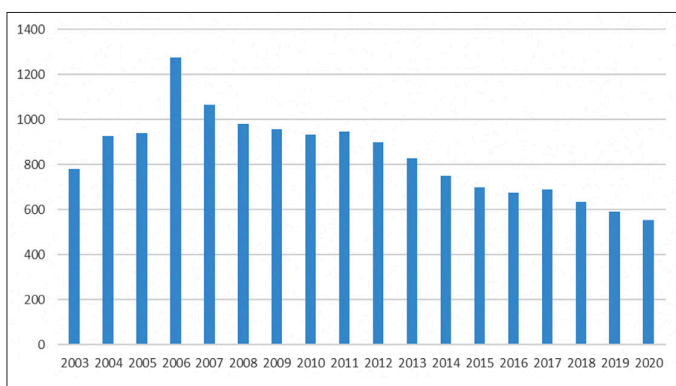
Ef ávísanir á Z-lyf og bensódíazepín eru skoðaðar á Íslandi sést að um 8000 einstaklingar fá ávísað báðum lyfjaflokkum samhliða, sjá mynd 2. Þessi samhliða notkun jókst til ársins 2011 en fjöldi einstaklinga hefur lítið sem ekkert dregist saman síðan þá. Í norsku leiðbeiningunum er til dæmis sagt frá því að mismunandi ábendingar bensódíazepíns og Z-lyfja gefi til kynna að þau hafi ólíka verkun en það sé hins vegar ekki raunin. Þegar einstaklingar glíma samtímis við kvíða og svefnerfiðleika sé yfirleitt nóg að gefa aðeins til dæmis oksazepam 15 mg um kvöld sem virkar sem svefnlyf að nóttu en kvíðastillandi á daginn. Það hefur verið talinn kostur Z-lyfja að þau hafa stuttan helmingunartíma í plasma en norsku leiðbeiningarnar mæla gegn því ávísa þeim á sama tíma og bensódíazepín um eða klónazepam. Fjöldi þeirra sem fær klónazepam og bensódíazepín á sama tíma er óverulegur (um 300 einstaklingar árið 2020) og sama á við um samhliða ávísanir klónazepam og Z-lyfja (tæplega 400 einstaklingar árið 2020).

Hafa ber í huga að hér eru taldir þeir sem á einhverjum tíma leysa lyf út úr apótekum í umræddum tveim flokkum

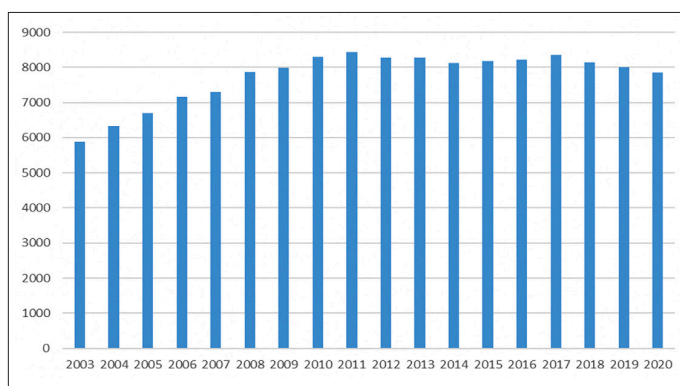
innan ársins. Óvíst er hins vegar hversu margir leysa út þessi lyf endurtekið eða fá ávísað af lækni á mismunandi tímum. Hvort þessir einstaklingar taki svo inn lyf úr báðum flokkum á sama tíma er önnur saga en þessir 7000 eru nærri þriðjungur allra sem taka Z-lyf. Þarna gæti því verið ein skýring á því hvers vegna sala bæði svefnlyfja og róandi lyfja hér á landi er um það bil tvöföld miðað við sölu í Noregi.² Ýmsar skaðlegar afleiðingar af töku þessara lyfja eru þekktar eins og til dæmis umferðarslys og beinbrot vegna falls sem eru algengari meðal þeirra sem taka þessi lyf. Aðrar mögulegar heilsufarslegar afleiðingar af töku lyfjanna eru elligliöp, sýkingar og jafnvel krabbamein.³ Það er því til mikils að vinna að reyna að lágmarka notkun lyfjanna, bæði einna og sér en einnig samtímis-notkunar sem samkvæmt norskum leiðbeiningum er í flestum tilfellum óþörf. Embætti landlæknis hyggst efna til samtals við lækna um hvernig hægt er að gera ávísanir umræddra lyfja markvissari.

Heimildir

1. helsedirektoratet.no/veiledere/vanedannende-legemidler/grunnleggende-om-vanedannende-legemidler/flere-vanedannende-legemidler-samtidig#det-bor-ikke-rekvireres-mer-enn-ett-legemiddel-i-gruppen-benzodiazepin-z-hypnotikum-til-samme-pasient-da-de-i-klinisk-bruk-er-tilnaemet-like - febrúar 2021.
2. Nowbase: nowbase.org/ - febrúar 2021.
3. Brandt J, Leong C. Benzodiazepines and Z-Drugs: An Updated Review of Major Adverse Outcomes Reported on in Epidemiologic Research. *Drugs R D* 2017; 17: 493-507.



Mynd 1. Fjöldi þeirra sem leysa út Zópíklón og Zolpídem á sama tíma* árin 2003-2020.



Mynd 2. Fjöldi einstaklinga sem leysir út Z-lyf og Bensódíazepín á sama tíma* árin 2003-2020.

*Bæði lyf leyst út innan 30 daga.