



Information om läkemedelsbehandling vid adhd

Här finns viktig information för både dig som är ung och för dig som är vårdnadshavare att känna till i samband med läkemedelsbehandling.

Adhd och add

Adhd är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som påverkar hur hjärnan fungerar. Adhd kan påverka människor på olika sätt. Många med adhd har svårt att koncentrera sig, komma ihåg saker och planera eller organisera sin vardag. En del har också svårt att sitta still eller att tänka efter innan de gör något.

Adhd står för attention deficit hyperactivity disorder, som betyder uppmärksamhetsstörning och hyperaktivitetsstörning. Add är en form av adhd där svårigheter med uppmärksamhet ofta märks mer än hyperaktivitet och impulsivitet.

I dag ingår add i adhd-diagnosen. Därför använder vi ordet adhd i det här häftet.



Läkemedelsbehandling vid adhd

Målet med läkemedelsbehandling är att du ska fungera bättre i vardagen, till exempel i skolan, hemma och i relationer med andra.

De läkemedel som oftast används vid adhd delas in i två grupper, centralstimulerande och icke-centralstimulerande läkemedel.

Centralstimulerande läkemedel

Centralstimulerande läkemedel är den vanligaste typen av läkemedel vid adhd. De kan hjälpa dig att koncentrera dig bättre, vara mer uppmärksam och lättare planera och organisera din vardag. För många minskar också hyperaktivitet och impulsivitet.

De här läkemedlen innehåller antingen metylfenidat eller lisdexamfetamin. De är narkotikaklassade, men när de används som behandling av adhd finns det ingen risk att bli beroende.

Enligt Läkemedelsverkets rekommendationer är läkemedel med metylfenidat oftast det första valet vid behandling av adhd.

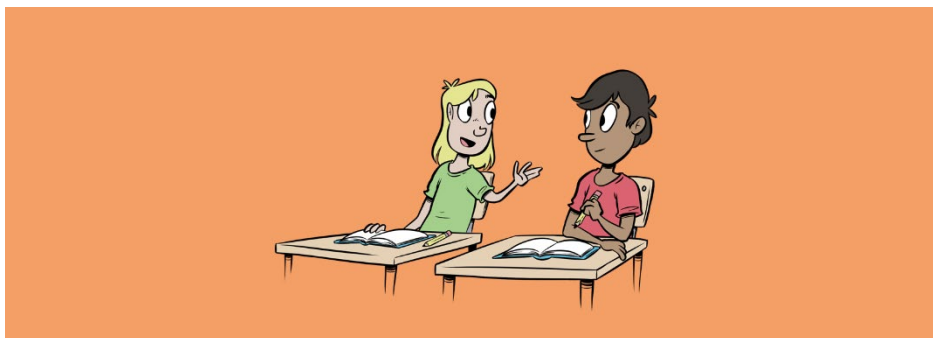
Icke-centralstimulerande läkemedel

Det finns också läkemedel som inte är centralstimulerande. De som i dag är godkända för behandling av adhd är atomoxetin och guanfacin. Dessa läkemedel används oftast om centralstimulerande läkemedel inte passar dig eller inte ger tillräcklig effekt. De kan också användas tillsammans med annan adhd-behandling.

Några regler för behandlingen

För att behandlingen ska vara trygg och säker finns det några viktiga regler att följa:

- Du ska inte få adhd-läkemedel utskrivna från flera olika vårdgivare samtidigt.
- Du ska inte använda droger under behandlingen.
- Borttappade läkemedel ersätts inte.
- Om läkemedel blir stulna bör det polisanmälas.
- Du får aldrig ge ditt läkemedel till någon annan.
- Ändra aldrig dosen på egen hand. Prata alltid med läkare eller sjuksköterska först.



Vad kan läkemedlet hjälpa till med?

Läkemedel kan vara en del av hjälpen som gör vardagen enklare. De kan göra det lättare att fokusera, koncentrera sig och hantera rastlöshet och impulser.

Läkemedelsbehandling kan göra det lättare för dig att:

- komma igång med, genomföra och avsluta aktiviteter
- vara uppmärksam och koncentrera dig, även på uppgifter som känns mindre intressanta eller tar lång tid
- hantera känslor och beteenden bättre
- känna dig mindre rastlös, och lättare kunna sitta still under längre stunder
- få en jämnare energinivå, och prioritera mellan olika aktiviteter
- tänka efter innan du säger eller gör något.

Under behandlingen

Behandlingen börjar med en låg dos som sedan anpassas efter dina behov tillsammans med din sjuksköterska eller läkare. Vi följer regelbundet upp behandlingen för att se att läkemedlet hjälper dig och att eventuella biverkningar är hanterbara. Här är några råd att följa under behandlingen.

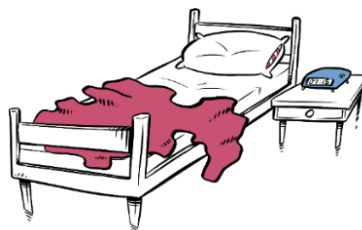
- Ta gärna läkemedlet tillsammans med mat. Det kan minska risken för till exempel illamående.
- Var försiktig med energidrycker och kaffe. Koffein kan öka risken för vissa biverkningar, till exempel hjärtklappning.
- Om du får besvärande biverkningar kan du kontakta mottagningen vid behov. Men kom ihåg att många biverkningar minskar efter en tid.
- Om du glömmer en dos ska du inte ta dubbel dos nästa gång. Ta nästa dos enligt ordination.
- BUP skriver ut den aktiva substansen, inte ett särskilt läkemedelsmärke. Därför kan du få olika märken på apoteket som innehåller samma aktiva substans. De fungerar på samma sätt och har samma medicinska effekt. Om du vill ha ett särskilt läkemedelsmärke kan du be om det på apoteket. Då kan du eller dina vårdnadshavare behöva betala mellanskillnaden själva. BUP anger bara att läkemedlet inte får bytas ut om det finns medicinska skäl.
- Du bör inte dricka alkohol när du behandlas med adhd-läkemedel.

Vanliga biverkningar

De flesta biverkningar är lindriga och brukar minska med tiden. Kontakta mottagningen om besvären är stora eller inte går över.

Några vanliga biverkningar:

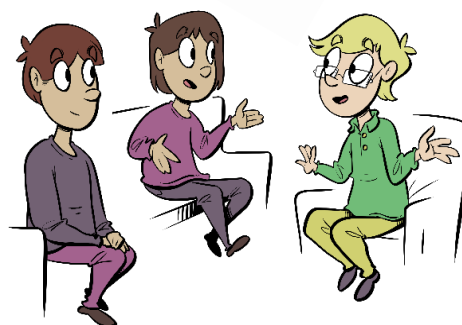
- Minskad aptit och viktnedgång. Läkemedlet kan göra att du känner dig mindre hungrig. Därför är det viktigt att äta regelbundet, även om du inte känner hunger. Försök att äta minst fem gånger om dagen och gärna ett extra mellanmål på kvällen.
- Muntorrhet. Borsta tänderna minst två gånger om dagen.
- Huvudvärk och magont. Dessa besvär är oftast övergående.
- Illamående. Det kan uppstå om du tar läkemedlet utan mat.
- Svårt att somna eller orolig sömn. Det kan i sin tur göra att du känner dig trött under dagen.



- Förändrad puls eller blodtryck. Vi kontrollerar puls och blodtryck före behandlingen och regelbundet under behandlingen, särskilt när dosen ändras.
- Nedstämdhet eller ökad irritation. Kontakta mottagningen om du känner dig nedstämd.
- Ökad irritation eller rastlöshet när läkemedlets effekt avtar. En del märker en tydlig förändring när läkemedlet går ur kroppen.

Så följer vi upp behandlingen

När du använder adhd-läkemedel är det viktigt att följa upp både effekten av behandlingen och eventuella biverkningar. Det gör vi genom regelbundna uppföljningar hos sjuksköterska eller läkare, kontroller av vikt, puls och blodtryck, och via frågeformulär. En vårdnadshavare behöver följa med vid alla uppföljningar.



Efter varje dosändring har du kontakt med en sjuksköterska. Kontakten kan ske via telefon, videosamtal eller på mottagningen. Då kan du ställa frågor och ta upp saker du funderar över.

Uppföljningarna fortsätter tills vi har hittat en dos och behandling som fungerar bra för dig.

Regelbundna uppföljningar

När behandlingen fungerar bra och du har en stabil dos behövs uppföljningar mer sällan. Du har alltid en halvårsuppföljning hos sjuksköterska och en årlig uppföljning hos läkare. Inför besöket är det viktigt att du har tagit ditt läkemedel. Du behöver också vara med vid uppföljningen.

För att vi ska kunna bedöma effekten av behandlingen och eventuella biverkningar behöver du som är vårdnadshavare fylla i frågeformulär inför besöket. Du behöver också hjälpa till med eventuella provtagningar.

Vid den årliga uppföljningen gör vi en ny vårdplan. Då planerar vi bland annat om det kan vara lämpligt att göra ett uppehåll i behandlingen, till exempel under sommaren, och hur behandlingen i så fall ska startas igen.

Om du uteblir från besök, om det finns misstanke om droganvändning eller om det finns annan oro kan mottagningen besluta att avsluta läkemedelsbehandlingen.

Mätningar hemma

Under behandlingen behöver puls och blodtryck kontrolleras regelbundet. Ibland kan dessa mätningar göras hemma.

Tänk på det här när du mäter puls och blodtryck hemma:

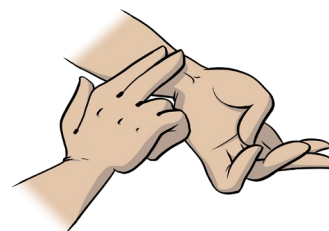
- Mät ungefär samma tid på dagen varje gång.
- Vila i minst fem minuter före mätningen.
- Var tyst under mätningen.
- Undvik att mäta när du känner dig stressad eller har bråttom.
- Undvik kaffe, energidryck, tobak och hård fysisk aktivitet under den närmaste halvtimmen före mätningen.



Mäta puls

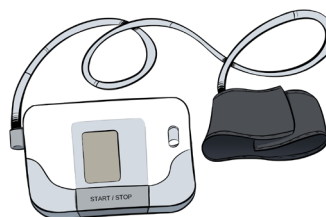
När du mäter pulsen ser du hur många gånger hjärtat slår per minut. Det är normalt att pulsen varierar. Du kan mäta pulsen med fingrarna eller med hjälp av en pulsmätare, smartklocka eller en app i mobilen. Så här mäter du pulsen med fingrarna:

- Placera pekfingret och långfingret på handleden, på samma sida som tummen.
- Använd inte tummen när du som är vårdnadshavare mäter ditt barns puls. Då kan du känna din egen puls i stället för barnets.
- När du känner pulsen tydligt räknar du antalet slag under en hel minut.



Mäta blodtryck

Blodtrycket mäts med en automatisk blodtrycksmätare som sätts på överarmen.



Yngre barn kan behöva en mindre blodtrycksmanschett. En sådan går ofta att köpa som tillbehör på internet. Du som är vårdnadshavare mäter först barnets överarm och kontrollerar att manschetten har rätt storlek enligt tillverkarens anvisningar. De flesta modeller är enkla att använda med bara ett knapptryck.

Det är bra om en vuxen hjälper till vid mätningen.

Att tänka på när du mäter blodtrycket hemma:

- Sitt på en stol med stöd för ryggen.
- Ha båda fötterna stadigt på golvet.
- Sätt blodtrycksmanschetten direkt mot huden, utan kläder under.
Det ska gå att få in ett finger mellan huden och manschetten.
- Håll armen avslappnad och låt den vila med handflatan uppåt.
- Gör två mätningar med minst en minuts mellanrum.
- Anteckna mätvärdena och rapportera dem till mottagningen.

Följa vikten

I början av behandlingen kan du gå ner i vikt eftersom aptiten ibland minskar. Därför är det bra att följa vikten regelbundet.

Du som är vårdnadshavare bör se till att barnet vägs en gång i månaden, ungefär samma tid varje gång. Använd gärna en digital våg.

Det är bäst att väga sig på morgonen – efter toalettbesök och före frukost.

På mottagningen vägs barnet oftast med kläder på. För att resultaten ska bli jämförbara är det bra att ha liknande kläder vid vägning hemma.



Vårdnadshavarens ansvar

Som vårdnadshavare ansvarar du för att barnet eller ungdomen får det stöd och den vård som behövs. För att ett barn ska kunna börja behandling hos BUP behöver alla vårdnadshavare lämna sitt samtycke.

Fram tills att barnet fyller 18 år ska du som vårdnadshavare delta i barnets vård. Om barnet bor växelvis ansvarar vårdnadshavarna tillsammans för att läkemedlet finns tillgängligt i båda hemmen.

Du som vårdnadshavare ansvarar för att:

- hämta ut läkemedlet på apoteket och se till att barnet eller ungdomen tar det enligt ordination

- förvara läkemedlet på ett säkert sätt
- kontakta mottagningen i god tid innan läkemedlet tar slut för att förnya receptet, till exempel via Alltid öppet, 1177 eller telefon – tänk på att det kan ta upp till fyra arbetsdagar innan receptet förnyas
- delta i uppföljningar av behandlingen
- inte ändra dosen utan att först ha kontakt med läkare eller sjuksköterska.

Det är oftast vårdnadshavare som fattar beslut om barnets vård. Samtidigt har barn och ungdomar rätt att vara delaktiga i vården. Därför kan barnet eller ungdomen ibland erbjudas att prata enskilt med vårdpersonalen.

Resa utomlands med adhd-läkemedel

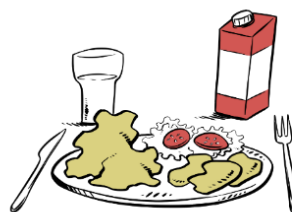
Om du ska resa utomlands med narkotikaklassade adhd-läkemedel finns det några saker som är viktiga att tänka på:

- Kontrollera att läkemedlet är tillåtet i det land du ska besöka. Kontakta landets ambassad i god tid före avresa för att undvika problem vid inresan.
- Om du ska resa inom Schengen behövs ett intyg för narkotikaklassade läkemedel. Intyget utfärdas av apotek.
- Om du ska resa utanför Schengen behöver du ett läkarintyg från mottagningen. Intyget beskriver din diagnos och vilka läkemedel du använder. Du kan behöva visa upp intyget på begäran av till exempel tullpersonal. Kontakta din mottagning i god tid före resan om du behöver ett intyg. Intyget är kostnadsfritt.
- När du flyger ska du alltid ha med dig läkemedlet och intyget i handbagaget. Då har du tillgång till dem även om det incheckade bagaget skulle bli försenat eller komma bort.
- Förvara alltid läkemedlet i originalförpackningen. Använd inte dosett eller andra omärkta förpackningar när du reser. Ta med så mycket läkemedel att det räcker under hela resan, gärna med några extra doser som reserv.



Kom ihåg

- Försök att ta läkemedlet samma tid varje dag. Ställ gärna ett larm så att du inte tar det senare än klockan 10. Det går bra att somna om efteråt.
- Eftersom aptiten kan minska är det viktigt att äta regelbundet och gärna lägga till mellanmål.
- Du kan idrotta när du använder adhd-läkemedel.
- Ha aktuella värden för puls, blodtryck och vikt tillgängliga när du kontakter mottagningen.
- Många biverkningar minskar eller försvinner efter en tid. Kontakta mottagningen om du har frågor eller om biverkningarna är besvärliga.
- Vi kan inte se hur mycket läkemedel du har kvar hemma. Recept förnyas därför utifrån din ordinerade dos och hur mycket läkemedel som rimligen bör ha använts.
- Alkohol och droger bör undvikas under behandling med adhd-läkemedel eftersom kombinationen kan ge oförutsägbara effekter.



Kontaktvägar

Mottagningen har öppet helgfria vardagar klockan 8.00–16.30. Du kan kontakta mottagningen via Alltid öppet när som helst. Om du vill ringa är telefontiden helgfria vardagar klockan 8.00–16.00.

Alltid öppet

I Alltid öppet kan du till exempel avboka eller boka om besök och skicka meddelanden till mottagningen. Du laddar ner appen eller använder din webbläsare (alltidoppet.nu) och loggar in tryggt och säkert med e-legitimation.

Att vara ombud för sitt barn

Om du vill göra ärenden åt ditt barn i Alltid öppet behöver du registrera dig som ombud. Om barnet har fyllt 13 år behöver du en fullmakt för att vara ombud. Kontakta då mottagningen och be om att få bli fullmaktstagare och ombud för ditt barn.