



Information till dig som behandlas med litium

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

Litium är ett vanligt och effektivt läkemedel vid bipolär sjukdom. Det kan hjälpa både mot perioder av uppvarvning (mani eller hypomani) och perioder av nedstämdhet (depression). Litium används både vid akuta besvär och som långsiktig behandling för att förebygga nya perioder av försämring. Ibland används det också som tilläggsbehandling vid depression som inte blir bättre av annan behandling.

Effekten av litium brukar vara stabil och långvarig så länge du tar medicinen. Jämfört med vissa andra läkemedel mot bipolär sjukdom blir man ofta inte lika trött av litium, vilket kan göra det lättare att orka med vardagen. Litium har använts under lång tid, och det finns därför mycket erfarenhet och kunskap om behandlingen.

När du börjar med medicinen

Litium behöver trappas upp stegvis så att kroppen vänjer sig vid medicinen. Under den första tiden kommer du att lämna blodprov regelbundet för att vi ska kunna hitta rätt dos för dig.

Det är viktigt att mängden litium i blodet ligger på rätt nivå. För höga nivåer kan vara skadliga för kroppen, medan för låga nivåer inte ger tillräcklig effekt. Vi är vana vid att behandla med litium och hjälper dig genom behandlingen så att det känns tryggt.

När vi har hittat en dos som fungerar bra för dig brukar blodprover tas ungefär var tredje månad.

Hur du tar medicinen

Litium stannar ganska kort tid i kroppen, och olika personer bryter ner medicinen olika snabbt. Därför är det viktigt att ta medicinen med ungefär 12 timmars mellanrum, om inte du och din läkare har kommit överens om något annat.

Många tar medicinen klockan 8 på morgonen och klockan 20 på kvällen. Om du glömmer en dos tar du nästa dos som vanligt. Ta inte extra tabletter för att kompensera den missade dosen. Det kan hjälpa att sätta ett larm i mobilen och använda en dosett för att komma ihåg medicinen.

Blodprover och provtagning

När man mäter litiumnivån i blodet är det viktigt att blodprovet tas ungefär 12 timmar efter senaste dosen. Om du tar medicinen klockan 20 på kvällen ska blodprovet därför tas omkring klockan 8 nästa morgon, innan du tar morgondosen. Det går bra att lämna provet ungefär en halvtimme

tidigare eller senare, alltså mellan 7.30 och 8.30. Om det går längre tid än så kan provsvaret bli missvisande.

På många vårdcentraler finns det möjlighet till drop-in-provtagning. Vi kan också hjälpa till med ett informationskort som gör att du kan gå före i kön vid provtagning.

Effekten kommer oftast gradvis

Vissa märker förbättring snabbt, medan det för andra kan ta några veckor innan effekten kommer. Förbättringarna sker ofta gradvis, och ibland kan människor omkring dig märka skillnad innan du själv gör det. De flesta får god hjälp av litium, men alla svarar inte lika bra på behandlingen och kan därför behöva en annan medicin.



Biverkningar

Några märker inte av några större besvär, medan andra kan få biverkningar. Vanliga biverkningar kan vara huvudvärk, ökad törst, att man kissar oftare, diarré, viktförändringar, påverkan på sköldkörteln och ökade besvär med akne.

Det är viktigt att du berättar för din läkare eller sjuksköterska om du får biverkningar. Du får fylla i biverkningsformulär både före och efter behandlingen. Många besvär går över efter några dagar, och ofta går det att minska eller behandla symtomen.

Viktigt att tänka på under behandlingen

Om du får hög feber, diarré eller blir uttorkad finns det risk att litiumnivån i blodet stiger. I värsta fall kan det leda till litiumförgiftning. Tecken på förgiftning kan vara ovanlig trötthet, yrsel, darrningar, rastlöshet eller koncentrationssvårigheter. Om du misstänker litiumförgiftning ska du sluta ta medicinen och kontakta vården direkt. Medicinen kan ibland börja användas igen längre fram, efter bedömning av läkare.

Vissa läkemedel påverkar också litium och bör undvikas. Det gäller framför allt antiinflammatoriska smärtstillande läkemedel, så kallade NSAID-läkemedel, till exempel ibuprofen (som ipren), naproxen, pronaxen och diklofenak. Om du behöver smärtstillande läkemedel går paracetamol bra att använda. Det är också viktigt att undvika alkohol och droger eftersom de kan påverka litiumnivån i kroppen.

Patient- och närståendeutbildning om bipolär sjukdom

När man får en diagnos är det vanligt att ha många frågor och funderingar. Ibland kan man också behöva stöd från vuxna eller andra personer i sin närhet. Din mottagning kommer därför att erbjuda en utbildning om bipolär sjukdom och hur du kan må så bra som möjligt över tid.

Om du mår sämre

Om du börjar må sämre är det viktigt att du berättar det för en förälder eller någon annan vuxen i din närhet. Om en vuxen som du litar på vet hur du mår kan du få stöd och slippa känna dig ensam.

Du kan också själv kontakta mottagningen för psykos och bipolär sjukdom på helgfria vardagar klockan 8–16 på telefonnummer 08-123 668 83.

Om du mår akut dåligt på kvällar, nätter eller helger kan du kontakta BUP-akuten på telefonnummer 08-123 669 00 eller komma direkt till akutmottagningen. Där är de vana vid att prata med ungdomar som mår dåligt. Det kan vara bra att spara numret till din mottagning och till akuten i mobilen.

Till dig som är vårdnadshavare

Det behöver finnas en eller flera vuxna som har ansvar för medicineringen. Det innebär att de ansvarar för att:

- hämta ut läkemedlet på apoteket och se till att ungdomen tar det enligt ordination
- se till att ungdomen lämnar blodprov vid rätt tidpunkt
- kontakta mottagningen i god tid innan läkemedlet tar slut för att förnya recept, och vid behov av uppföljning, till exempel om måendet försämras eller om det uppstår biverkningar som känns oroande
- alla läkemedel i hemmet förvaras säkert och inlåsta – det här är extra viktigt vid behandling med litium
- behandlingen inte avslutas eller förändras utan att först ta kontakt med läkare eller sjuksköterska – ett undantag är vid misstanke om litiumförgiftning, då ni även ska söka vård direkt.