

### *Vill du beställa flera broschyrer?*

Fler broschyrer beställs kostnadsfritt från  
**lakemedelskommitten@rvn.se**

Ange vid beställning:  
Patientinformation protonpumpshämmare,  
antal exemplar och leveransadress.

Informationen är omarbetad utifrån ett originalmaterial från  
Läkemedelskommittén i Landstinget Blekinge



Region Västernorrland, Läkemedelskommittén, 871 85 Härnösand  
Tel: 0611- 800 00 vx, e-post: lakemedelskommitten@rvn.se

[www.rvn.se](http://www.rvn.se)

Patientinformation

# Information om omeprazol och andra protonpumpshämmare

- att sluta med behandlingen



## Den här informationen vänder sig till dig som använder protonpumpshämmare och där det kan vara aktuellt att avsluta behandlingen.

Protonpumpshämmare, PPI, minskar produktionen av magsyra i magsäcken och används vid magsår, inflammation i matstrupen och sura uppstötningar.

Det finns olika läkemedel som gemensamt kallas protonpumpshämmare:

- Omeprazol – Omeprazol, Omecat, Omezolmyl, Omestad, Losec
- Esomeprazol – Esomeprazol, Nexium
- Lansoprazol – Lansoprazol, Lanzo
- Pantoprazol – Pantoprazol, Pantoloc

Många använder även protonpumpshämmare vid diffusa magbesvär eller under lång tid än vad som behövs. Då bör man överväga att sluta.

### *Kan ge biverkningar*

Protonpumpshämmare kan, precis som andra läkemedel, ge biverkningar. En ökad risk för lunginflammation, frakturer och vissa tarminfektioner har satts i samband med användning av protonpumpshämmare. Även påverkan på njurfunktion och ökad hjärt-kärlrisk har diskuterats på senare tid. Därför ska man inte använda dessa läkemedel i onödan.

### *Besvär kan uppstå om man slutar direkt*

Vid kortare regelbunden behandling (kortare än en månad) med protonpumpshämmare kan vanligtvis behandlingen avslutas direkt. Vid längre tids behandling kompenserar kroppen för den lägre halten magsyra i magsäcken genom att öka antalet celler som producerar magsyra.

Vid ett tvärt avslut efter en längre behandling (mer än 1–2 månader) finns stor risk för ökad produktion av magsyra, detta kallas reboundeffekt. Den ökade syrahalten kan ge återkommande symtom och besvär, men går över när bildningen av saltsyra åter har normaliserats. Det kan dock ta tid, från veckor till månader. Återkommande symtom efter avslutad behandling kan därför bero på kroppens naturliga gensvar och behöver inte betyda att man måste börja med protonpumpshämmare igen. För att undvika besvär rekommenderas därför successiv dosminskning, så kallad nedtrappning.

### *Successiv dosminskning, så kallad nedtrappning*

**För dig som använt protonpumpshämmare i 1 till 2 månader eller längre:**

- Ta halva grunddosen varje dag i fyra veckor.
- Ta sedan halva grunddosen varannan dag i fyra veckor.
- Pröva därefter att sluta med din protonpumpshämmare.

Nedtrappning sker med lägre styrka, inte genom att dela kapselns innehåll.

Om du får besvär under nedtrappningen kan du ta Novaluzid eller Novalucol som finns att köpa receptfritt. De neutraliserar magsyran och kan tas flera gånger per dag.

### *Vid fortsatta besvär*

Om du fortfarande har symtom och besvär efter att behandlingen har avslutats kan du pröva att ta halva grunddosen av protonpumpshämmaren var fjärde dag i fyra veckor, och sedan sluta med läkemedlet helt. Det kan ta tid innan besvären försvinner helt. Fungerar inte ovanstående råd för dig – ta kontakt med din läkare.

### *Det här kan du göra själv*

Det finns saker som du själv kan göra för att minska magbesvären. Många upplever att förändringar i livsstilen kan göra skillnad. Exempel på mat och dryck som kan ge mer besvär är fet, salt, rökt och stekt mat, starka kryddor, kaffe och alkohol. Många blir sämre av att äta oregelbundet och av att röka. Vad man tolererar och vad man kan behöva ändra på är dock olika från person till person.

Att äta mer regelbundet och mindre mängd per gång samt att vara noga med mellanmål brukar kunna minska besvären. Om du är överviktig kan även en liten viktnedgång göra skillnad.

Om besvären mestadels kommer på natten kan du pröva att höja huvudändan på sängen med sängförhöjare/klossar, finns i butiker som säljer hjälpmedel. Att höja huvudändan med enbart kuddar räcker inte. Ett annat råd som kan minska besvär nattetid är att undvika att äta en större måltid minst tre timmar före sänggåendet. Det kan fungera just för dig!