



ZALECENIA DLA PACJENTÓW W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA OBJAWÓW UBOCZNYCH LEKÓW PRZECIWPSTYCHOTYCZNYCH I RADZENIE SOBIE Z NIMI

Przyjmowanie leków przeciwpsychotycznych wiąże się z możliwością wystąpienia objawów niepożądanego działania leków, czyli objawów ubocznych. W przypadku wystąpienia objawów ubocznych związanych z przyjmowaniem leków przeciwpsychotycznych należy starać się je wyeliminować albo znacznie osłabić ich nasilenie, aby zmniejszyć niekorzystne odczucia chorego wobec leczenia. Działanie takie polega na:

- zmianie dawki leku – obniżenie dawki
- zastosowaniu leków dodatkowych (korygujących objawy uboczne)
- w przypadku dużego dyskomfortu, braku poprawy mimo interwencji – zmianie na inny lek przeciwpsychotyczny.

Najczęstsze grupy objawów niepożądanych związanych z przyjmowaniem leków przeciwpsychotycznych.

Objawy psychiczne

- nadmierna sedacja – to poczucie znużenia, senności, zniechęcenia do działania potocznie nazywane „otępieniem, zamuleniem”
- męczliwość – nadmierne i szybki męczenie nawet przy niewielkim wysiłku
- zaburzenia pamięci – utrudnione skupienie się, zapamiętywanie i przypominanie
- napięcie – poczucie niepokoju, dyskomfortu
- zaburzenia snu – utrudnione zasypianie, wybudzanie się w nocy, wczesne budzenie się, uczucie braku wypoczynku.

Zaleca się pacjentom:

- modyfikacje leczenia po konsultacji z lekarzem
- przestrzeganie zasad higieny snu
- zwiększenie aktywności fizycznej i ilości światła w dzień
- zwiększenie aktywności społecznej
- ograniczyć spożywania napojów zawierających kofeinę, napojów energetyzujących – mogą nasilać uczucie leku.

Objawy neurologiczne

Objawy pozapiramidowe są najczęstszą grupą objawów niepożądanych (ich następstwem są zaburzenia w obrębie układu piramidowego ośrodkowego układu nerwowego). Wśród nich możemy wyróżnić:

- drżenia mięśniowe – mimowolne skurcze grup mięśni najczęściej w obrębie rąk, występujące w spoczynku, czasem nasilające się podczas wykonywania



ruchów

- wzrost napięcia mięśniowego – sztywność mięśniowa, niekiedy powoduje przyjmowanie niewygodnej postawy.
- bradykineza – to spowolnienie ruchowe, powolność w wykonywaniu ruchów
- akatyzya – to uczucie wewnętrznego niepokoju i trudności w znalezieniu wygodnej pozycji ciała lub zachowania jednej pozycji, co powoduje dyskomfort oraz konieczność częstych zmian ułożenia ciała np. poruszania kończynami, dreptania w miejscu
- dystonie – to nagłe niekontrolowane skurcze grup mięśniowych, powodujące przymusowe ułożenie ciała „wykręcanie”. Mogą obejmować twarz, gałki oczne (objawy wejrzeniowe), szyję, czasem kończyny i tułów.
- późne dyskinezy - to mimowolne, powtarzające się ruchy w obrębie mięśni mimicznych, warg, żuchwy, języka, rzadziej kończyn i tułowia. To np. ruchy cmokania, lizania, żucia. Nasilają się pod wpływem emocji. Nie występują w czasie snu.

Postępowanie:

- stosuje się leki o działaniu cholinolitycznym (hamującym układ cholinergiczny). Najczęściej to akineton, pridinol. W akatyzyi propranolol. Objawy metaboliczne i związane z gospodarką hormonalną
- Leki przeciwpsychotyczne mają wpływ na metabolizm całego organizmu – na gospodarkę węglowodanową, lipidową, hormonalną. Mogą powodować
 - przyrost masy ciała
- wzrost stężenia glukozy prowadzący do nieprawidłowej tolerancji glukozy, cukrzyca typu II
- rozwój zespołu metabolicznego

Należy zapobiegać rozwojowi zespołu metabolicznego:

- Kontrolować masę ciała, obwód talii
- Dbać o odpowiednią dietę (bogata w warzywa, owoce, białe mięso)
- Prowadzić aktywny tryb życia (aktywność fizyczna, zajęcia ruchowe)

Hiperprolaktynemia

Jest to nieprawidłowe, zwiększone wydzielanie prolaktyny. Mogą w związku z tym wystąpić:

- u kobiet zaburzenia miesiączkowania, wtórny brak miesiączki, obrzęk i bolesność piersi, mlekotok, zaburzenia funkcji seksualnych
- u mężczyzn może wystąpić ginekomastia (powiększenie gruczołu piersiowego), zaburzenia libido i potencji (zaburzenia funkcji seksualnych), bardzo rzadko mlekotok.

W wybranych sytuacjach można zmienić lek przeciwpsychotyczny lub dołączyć lek korygujący.



Objawy ze strony układu pokarmowego

Mogą wystąpić:

- zmiana apetytu, zmiana rytmu wypróżnień (biegunki, zaparcia), bóle brzucha, nudności (podawać leki wraz z posiłkiem lub tuż po posiłku), wymioty
- zwiększenie wydzielania śliny lub
- suchość w ustach (pomaga zwilżanie, guma do żucia bezcukrowa, lody, twarde cukierki, płukanie ust wodą)

Objawy ze strony układu krążenia

Mogą wystąpić:

- spadki ciśnienia powodujące zawroty głowy i omdlenia często kończące się upadkami czy urazami. W takich wypadkach zaleca się: spanie z głową ułożoną wyżej niż tułów, unikanie szybkiej pionizacji (szybkiego wstawania z łóżka) i długiego utrzymywania pozycji stojącej, unikanie ćwiczeń związanych z nagłymi zmianami pozycji ciała, gorących kąpieli.

Przydatne jest rozpoznawanie objawów zwiastunowych (mroczków przed oczami, zawrotów głowy) co pozwoli w porę przyjąć pozycje leżącą. Należy też pić duże ilości płynów, czasami pomaga zwiększenia spożycia soli kuchennej, ale trzeba zachować ostrożność ponieważ może spowodować wzrost ciśnienia krwi.

- tachykardia czyli przyspieszona akcja serca. Wtedy lekarz może dołączyć do leczenia leki spowalniające pracę serca lub rozważyć modyfikację dawki lub zmianę leku.
- zaburzenia przewodnictwa w mięśniu sercowym – występuje rzadko, w celu uniknięcia takich powikłań w czasie leczenia wykonuje się badanie EKG serca
- niepożądane objawy hematologiczne dotyczące obrazu krwi, leki mogą powodować zmniejszenie ilości białych krwinek które niezbędne są do prawidłowego funkcjonowania układu odpornościowego. Może się to zdarzyć u pacjentów przyjmujących klozapinę, dlatego przez cały czas terapii należy regularnie badać morfologię krwi (co tydzień przez pierwsze 18 tygodni, potem raz w miesiącu)

Zaburzenia seksualne

- obniżenie potrzeb seksualnych/libido – brak pożądania ze zmniejszeniem zainteresowania sprawami seksualnymi, niska aktywność seksualna
 - Zaburzenia orgazmu – wydłużenie czasu i trudność w osiągnięciu orgazmu
 - zaburzenia erekcji – od całkowitego jej braku do niepełnego lub zbyt krótkiego wzwodu
 - zaburzenia wytrysku – opóźnienie lub brak, zmniejszenie objętości ejakulatu
 - suchość pochwy – zniechęcająca do kontaktów seksualnych lub je utrudniająca
- Zaburzenia te mogą mieć też podłoże psychogenne.



Objawy skórne

W tym przypadku należy kontrolować stan skóry, w przypadku niektórych grup leków unikać ekspozycji na słońce. Zalecane jest noszenia nakrycia głowy. Do najczęstszych objawów należą:

- wysypki
- pokrzywka
- nadwrażliwość na światło (rumień, obrzęk lub pojawienie się swędzących zaczerwienionych wykwitów)

Złośliwy zespół neuroleptyczny

Jest to najpoważniejsze powikłanie leczenia przeciwpsychotycznego, ale występuje rzadko. Ważne by obserwować swój stan i zwracać uwagę na objawy prodromalne (zwiastunowe): narastająca sztywność mięśni, podwyższenie temperatury, drżenie mięśni, trudność w połykaniu. W przypadku wystąpienia tych objawów należy odstawić leki.

Ważne zalecenia do pacjentów

1. Leki przeciwpsychotyczne należy stosować regularnie, wg wskazań lekarza
2. Leki przeciwpsychotyczne mogą wchodzić w interakcje z innymi lekami, dlatego należy poinformować lekarza o wszystkich przyjmowanych lekach
3. Należy również powiadomić lekarza o wszystkich rozpoznanych i leczonych chorobach przewlekłych.
4. Wszystkie działania niepożądane neuroleptyków należy zgłaszać lekarzowi.
5. Należy regularnie:
 - kontrolować wagę ciała i obwód pasa i zdrową dietę
 - badać ciśnienie krwi tętniczej
 - prowadzić aktywny tryb życia
 - Prowadzić regularny tryb życia z ustalonym rytmem dnia i nocy, podobna pora wstawania i kładzenia się do łóżka