

# Benzodiazepinerne spøger stadig





Farmaceut Birgit Signora Toft har netop udgivet en bog om benzodiazepiner, og hvis man tror, at der for længst er kommet styr på forbruget af denne forkætrede sove- og nervemedicin, så tager man alvorligt fejl. Op imod en halv million danskere bruger medicinen, og mange er fuldstændig afhængige af den i årevis. Afregistrer den, siger Birgit Signora Toft.

AF: CHRISTIAN K. THORSTED | FOTO: OLE ZIEGLER

Benzodiazepinerne blev lanceret i 1960'erne som medicin mod angst og søvnløshed. De blev senere også kendt som medicin til trætte husmødre, der havde brug for et mentalt pusterum i tabletform. De negative konsekvenser i form af afhængighed og stærke bivirkninger blev snart opdaget, men alligevel er brugen af benzodiazepiner den dag i dag meget udbredt. Overflødig og et udtryk for opgivelse hos lægerne, mener Birgit Signora Toft.

»Hvert år tager op imod en halv million danskere benzodiazepiner i form af sovepiller eller angstdæmpere, og omkring 60.000 menes at være langtidsbrugere. Det er mennesker, som lever i en mentalt dæmpet tilstand, og som er dybt afhængige af pillerne. På trods af omfanget hører vi sjældent om problemet – det er gemt og glemt,« siger hun.

Birgit Signora Toft er medforfatter på den nye bog "Benzodiazepiner – afhængighed på recept", som hun har skrevet sammen med Annette Stauning Flicker og afhængighedsrådgiver Lis Kunckel.

»Der er brug for vores bog, for der er ikke nogen, der taler om den her problematik og giver den stemme. Patienter og læger er hellere fri, Sundhedsstyrelsen lurepasser, embedslægerne nøler, og regionerne har svært ved det, fordi de mangler den detaljerede viden om forbruget, som skal til for at gribe effektivt ind,« siger Birgit Signora Toft.

### Trykker bare på knappen

Hun Toft forklarer, at hendes interesse for benzodiazepinerne

## FAKTA

- Benzodiazepiner bruges af mindst 400.000 danskere mod bl.a. angst, uro, søvnløshed og stresssymptomer.
- Efter kort tids anvendelse risikerer man, at der opstår afhængighed af medicinen. Holder man herefter op med at tage medicinen, kan man få abstinenser i form af bl.a. angst, panik, hjertebanken, søvnproblemer og irriteret adfærd.
- Anbefalingen fra Sundhedsstyrelsen siger, at man kun bør tage medicinen i to-fire uger.
- Det mest kendte benzodiazepin er Stesolid (diazepam), men i dag kan man købe 15 forskellige typer benzodiazepiner i Danmark
- Der er ikke offentligt tilskud til benzodiazepiner, men pga. generisk konkurrence er det en relativt billig medicin at bruge.

Birgit Signora Toft er medforfatter til en ny bog om de stærkt afhængighedsskabende benzodiazepiner og har dermed formået at skabe debat om emnet.

begyndte, da hun i sin tid var sygehusapoteker. Her havde hun et nært samarbejde med embedslægen.

»Vi var begge rystede over al den medicin, herunder benzodiazepiner, som han kunne slæbe med hjem efter sine besøg ude hos afdøde patienter. Hvor kom al den medicin dog fra?,« spurgte vi hinanden.

Senere blev hun lægemiddelkonsulent i Ringkøbing Amt og Region Midtjylland og har siden bl.a. beskæftiget sig med lægernes ordination af benzodiazepiner og arbejdet for at få dem til at ændre vaner.

»Til at begynde med afviste lægerne mig, når jeg påpegede det uheldige i deres ordinationer af benzodiazepiner, men det endte med, at vi kom til at snakke fornuftigt om det. Lægerne indrømmede over for mig, at de ikke vidste, hvad de skulle stille op med patienter, som bad om at fortsætte med benzodiazepiner, og at de derfor bare trykkede på knappen for receptfornyelse,« forklarer hun.

### Forbrug stagnerer

Myndighederne har med jævne mellemrum forsøgt at komme den udbredte brug af benzodiazepinerne til livs – senest i 2008, hvor det bl.a. blev indskærpet, at patienterne skulle møde per-

sonligt op hos lægen for at få recepten fornyet. Det offentlige tilskud er også fjernet.

»Men der bliver stadig udskrevet recepter på alt for meget af medicinen. Mange læger fornyer recepterne igen og igen. Realiteten er, at det efterhånden er fire-fem år siden, man sidst satte fokus på benzodiazepinerne, men nu er virkningen af opmærksomheden ved at gå i sin mor igen. Forbruget er stagneret på et for højt niveau.«

Da der ikke er offentligt tilskud til benzodiazepiner, har regionerne ikke de nødvendige informationer til at overvåge forbruget og sætte effektivt ind over for de læger, som udskriver medicinen.

»Det medvirker til, at problematikken nemt bliver glemt,« siger Birgit Signora Toft.

### Overflødig forbrug

Hun mener dybest set, at der har været lappeløsninger nok, og at man fra det offentliges side én gang for alle burde løse problemet og afregistrere medicinen.

»Benzodiazepinerne er et langt stykke hen ad vejen overflødig og kunne undværes. Derfor burde de ikke være på markedet. Problemet er, at når lægemidler er på markedet, så bliver >

»Benzodiazepinerne er et langt stykke hen ad vejen overflødige og kunne undværes. Derfor burde de ikke være på markedet.«

de brugt. Og lægerne er opdraget til, at medikamenter er omdrejningspunktet i patientbehandlingen.«

Hun erkender dog, at der givetvist er rigtig langt til en afregistrering.

»Men havde det været i dag, ville myndighederne næppe have godkendt benzodiazepinerne.«

#### Lægenes ansvar

Birgit Signora Toft lægger ikke skjul på, at lægerne har et helt afgørende ansvar for, at det ikke er lykkedes at komme forbruget af benzodiazepiner til livs. Lægerne trykker nu engang på knappen for fornyelsen af recepten, eller uddelegerer opgaven til deres lægesekretær i strid med reglerne.

»Afhængigheden begynder efter få uger, og det har man vidst i mange år, men der har været en form for immunitet over

for den viden. Det er åbenbart for besværligt for lægerne at forholde sig til problemstillingen. Men lægerne har en særlig opgave og forpligtigelse i forhold til den afhængighed, der kan opstå – herunder også at oplyse patienterne om risikoen for afhængighed.«

Mange læger kan ikke tage sig sammen til at konfrontere patienterne og sige, at nu må det være slut med behandlingen.

»Lægerne sidder ofte med patienter med en meget høj kompleksitet i deres medicinering – de behandler ikke bare patienterne med benzodiazepiner, men også med morfin og depressionsmedicin – en receptprofil med 15-20 lægemidler, hvor hovedparten er psykofarmaka. Det er ikke nemt at forholde sig til, og så lukker lægerne øjnene.«

#### Nedtrapning

Men det kan faktisk lade sig gøre at få forbruget ned og at få patienter ud af deres afhængighed. Region Midtjylland var således tidligere blandt de regioner med det højeste forbrug, men i dag er forbruget 20 procent lavere end landsgennemsnittet.

»Når man så har lavet nogle initiativer, som mange læger faktisk har fulgt og fået ros for – så føler de sig som rigtig gode læger. De er også overraskede over, hvor let det egentlig er, når de kommer i gang. De har haft en mytisk forestilling om, hvor svært det er – måske fordi de på et tidspunkt har prøvet at give

## BLÅ BOG: BIRGIT SIGNORA TOFT

Birgit Signora Toft er uddannet farmaceut og ph.d. og var i mange år sygehusapoteker i Herning. Siden 1998 har hun været lægemiddelkonsulent i Region Midtjylland. Sideløbende hermed har hun siden 1997 haft egen konsulentvirksomhed, Teamtoft, med samtaler, mentoring og proceskonsultation i forbindelse med ledelse. Hun har også bl.a. skrevet bøger om mentorskab og pausens betydning.

en patient en kold tyrker og fået meget kraftige reaktioner, som de og patienten er blevet forskrækket over,« siger Birgit Signora Toft og fortsætter:

»Det er ikke svært at lave en nedtrappingsplan. Det væsentligste er, at lægen beslutter sig for at gøre det. Det handler om at komme med en klar udmelding til patienten: Jeg skal nok hjælpe med en nedtrappingsplan, og hvis du får det dårligt, så justerer vi den – du skal ikke føle dig ensom.«

### **Afhængighed eller misbrug.**

Birgit Signora Toft forklarer, at afhængigheden af benzodiazepiner er dybere og vanskeligere end den afhængighed, som fx kommer af alkohol eller heroin.

»Brugere af benzodiazepiner er ikke misbrugere – de er afhængige. De har brugt benzodiazepiner i en længere periode og er faktisk blevet bondefanget ind i det. Brugen har givet dem en afhængighed, som de ikke selv kan klare at komme ud af på grund af abstinenser.«

Men når patienterne kommer ud af afhængigheden, er det et farvel til et

liv med isolation, nedsatte kognitive funktioner og daglige abstinenser.

»Folk kan pludselig igen høre fuglene synge og får deres liv tilbage.« ■

