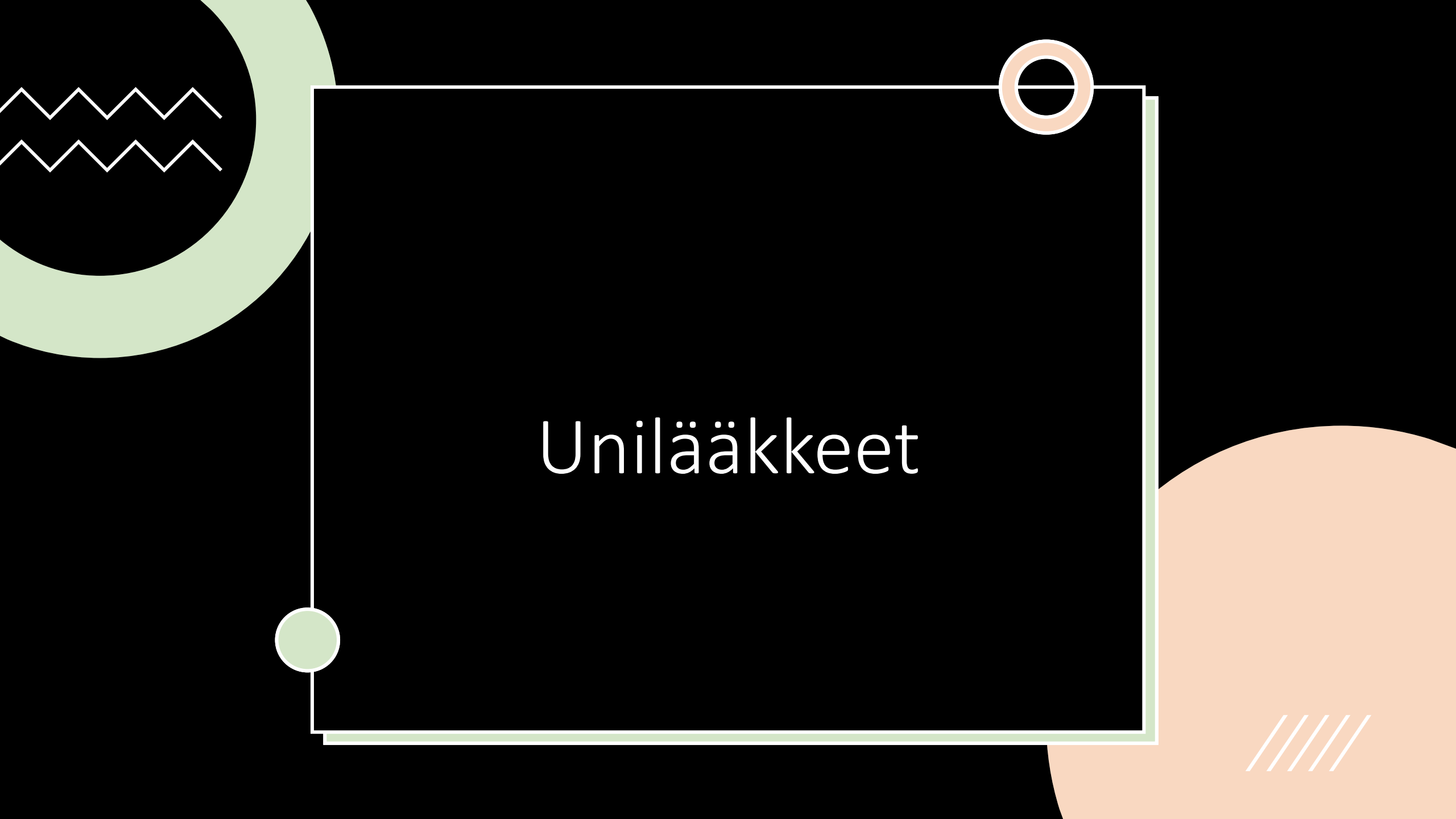




Unilääkkeet

Unettomuuden lääkehoito

-
- Unilääkkeiden pitkäaikainen käyttö ei ole tarkoituksenmukaista
 - Voivat aiheuttaa riippuvuutta ja vieroitusoireita
 - Eniten hyötyä lääkkeistä näyttäisi olevan lyhytkestoisen ja tilapäisen unettomuuden hoidossa
 - Pitkäkestoista unettomuutta sen sijaan pitäisi hoitaa kognitiivis-behavioristisin menetelmin

Unilääkkeet

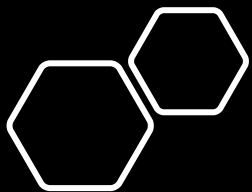
- Aikabiologiset unilääkkeet (Circadin, Valdoxan)
- Bentsodiatsepiinit (pitkävaikutteiset (Diapam), keskipitkävaikutteiset (Opamox), lyhytvaikutteiset (Tenox))
- Bentsodiatsepiinien tavoin vaikuttavat lääkkeet (Somnor, Imovane)
- Väsyttävät masennuslääkkeet (Doxal, Surmontil, Remeron, Azona)
- H₁-antihistamiinit (Dormix)

Bentsodiatsepaamista

- Bentsojen käytössä pitää seurata mahdollisen riippuvuuden kehittymistä
 - teho voi heiketä ja haitat korostua pitkässä käytössä
 - unilääkkeenä enintään kaksi viikkoa
 - Vieroitusoireita ovat hikoilu, pulssin kohoaminen, vapina ja pahoinvointi
- Bentsot vähentävät syvän unen ja rem-unen määrää.
 - Haittavaikutuksia etenkin erittäin lyhytvaikutteisilla (midatsolaami, triatsolaami) ja erittäin pitkävaikutteisilla (nitratsepaami, klonatsepaami) bentsoilla
 - Haittojen takia midatsolaamin ja triatsolaamin käyttö vain sairaalassa

Ikääntyneiden unettomuuden lääkehoito

-
- Unilääkkeet aiheuttavat monia haittoja ikääntyneille
 - Muistihäiriöt
 - Sekavuus
 - Kaatuilu
 - Annostus tavallista pienempi
 - Sopivimpia unilääkkeitä ovat keskipitkävaikutteiset bentsot ja aikabiologiset unilääkkeet
 - Bentsojen kaltaisten unilääkkeiden käyttäjät nukkuvat huonommin kuin ne, jotka eivät käytä lääkkeitä



Unilääkkeen käytön lopettaminen

- Unilääkityksen rajoittaminen max 2 viikkoon
- Jos taustalla pitkäaikaista käyttöä:
- Jaksottainen käyttö (esim. lääke otetaan vain joka toinen ilta)
- Asteittainen purku (saattaa kestää kuukausia)
- Bentsojen purkamisessa voidaan käyttää apuna H_1 -kanavien kautta vaikuttavaa väsyttävää lääkettä

Unettomuutta
aiheuttavat
lääkkeet

<https://www.kaypahoito.fi/nix01085>