

PATIENTINFORMATION: FÖRSTOPPNING

Med förstoppning menas att tarmen fungerar mera sällan (inte dagligen och oregelbundet). Avföringen är hård och svår att få ut. Diarré kan också förekomma, men också då fungerar tarmen mera sällan än vanligt. Cancer- och blodsjukdom patienter lider ofta av förstoppning, orsakerna kan vara grundsjukdomen (förträngning), dåligt allmäntillstånd, dålig matlust, fiberfattig kost, otillräcklig vätsketillförsel, lite motion, starka värkmediciner, cytostatikabehandling och flera andra mediciner. Vid cytostatikabehandling används setrongruppens mediciner mot illamående (t.ex. Ondansetron, Granisetron) och de kan öka risken för förstoppning. Metroklopramid (Primperan) mot illamående kan förorsaka lös mage, den kan därför tas samtidigt med andra avföringsmediciner, för att få magen att fungera.

Förstoppning sköts med fiberrik mat, regelbunden motion tillsammans med intag av avföringsmedicin. Olika mediciner för förstoppning kan tas samtidigt, begär vid behov ordination av din läkare.

Kostråd för förebyggande och behandling av förstoppning:

- drick mycket (minst 2 liter per dag)
- ät fiberrik kost (helkornsbröd, gröt, frön, nötter, grönsaker, frukter)
- linfrö (i vatten över natten, ät på morgon)
- plommon (i vatten över natten, ät på morgonen)
- ät regelbundet, lugnt och tugga maten väl

Avföringspreparat:

Movicol, Macrogol

1 påse x 1-3/dygn vid behov eller regelbundet

Pegorion 12 gr påse x 1-2/dygn vid behov eller regelbunden

Levolac, Duphalac, Lactulos

15-30 ml x 1-2/ dygn vid behov eller regelbundet

Laxoberon

7-20 droppar på kvällen vid behov eller regelbundet eller 2-4 kapslar på kvällen

Avföringspreparat enligt ovan skall användas tillräckligt länge och regelbundet. Det går att kombinera olika preparat (t.ex. movicol/pegorion/levolac + laxoberon). För vissa av preparaten fås en liten läkemedelsersättning mot recept. Vid svår förstoppning kan man som engångsbehandling pröva Toilax suppoturium och/eller Toilax 10 mg tablett. Vi-siblin rekommenderas inte för cancerpatienter.