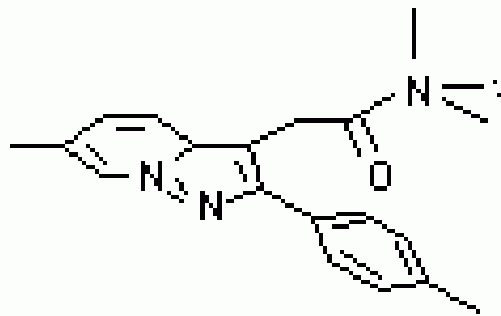
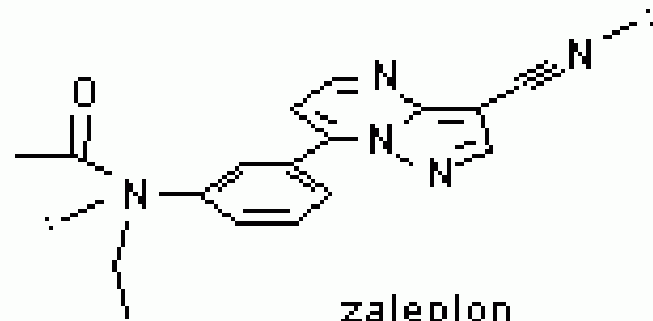


# Poruchy spánku a ZOLPIDEM

MUDr. Marián Kondáš, PhD.



zolpidem  
(Ambien)



zaleplon  
(Sonata)

# LIEČBA SPÁNKU

- Liečivé byliny, alkohol
- 1826 – bróm
- 1935 – barbituráty
- 1959 – benzodiazepíny
- 1981 – hypnotiká 3. generácie (Zolpidem)

# BENZODIAZEPÍNY - výhody

- Účinek proti strachu
- Upokojujúci účinok
- Uspávajúci účinok
- Relaxácia (uvoľnenie) svalstva
- Účinek proti záchvatom (krčom)

# BENZODIAZEPÍNY - nevýhody

- Závislosť (po viac ako 4 týždňoch podávania)
- Zvýraznenie ťažkostí po vynechaní
- Poruchy pamäti
- Pády a motorické poruchy
- Nebezpečná kombinácia s alkoholom
- Zvýšené riziko pre zlomeninu krčka stehennej kosti (o viac ako 50 %)
- Až 40 % ľudí má problém ukončiť liečbu benzodiazepínmi bez odbornej pomoci

# Možné abstinenčné príznaky

- Anxieta (pocity strachu)
- Zhoršenie nespavosti
- Pocity na zvracanie a / alebo zvracanie
- Tras, poruchy koncentrácie, mimovoľné pohyby, potenie, zvýchlenie činnosti srdca

# ZOLPIDEM - výhody

- Rýchla absorbcia (max. hladina po 1,6 hod.)
- Krátky biologický polčas (2,5 hodiny, u benzodiazepínov je polčas až 18 hodín)
- Nemá aktívne metabolity
- Väzba len na omega-1 receptory
- Nenarušuje architektúru spánku (striedanie spánkových fáz)
- Nízke riziko závislosti a zhoršenia stavu po vynechaní lieku
- Nízke riziko vzniku porúch pamäti a útlmu na druhý deň

# ZOLPIDEM vo svete

- Vznik špeciálnych kliník pre liečbu závislosti na benzodiazepínoch (najmä v USA)
- Praktickí lekári vyzývajú svojich pacientov listom k ukončeniu liečby benzodiazepínmi (napr. Yorkshire, Anglicko)
- Spotreba benzodiazepínov sa postupne znižuje
- Zolpidem je najviac predpisované hypnotikom v USA

# ZOLPIDEM v SR

- V SR sú najviac predpisované benzodiazepínové sedatíva a hypnotiká, ktorých sa pacienti často domáhajú
- Vzhľadom na možné nebezpečia užívania benzodiazepínových hypnotík a možný vznik závislosti sa odporúča len krátkodobá farmakologická liečba nespavosti
- Pri odvykaní od benzodiazepínových hypnotík môže byť Zolpidem riešením
- Potrebná je edukácia a osвета



# DETOXIKÁCIA A PRECHOD K HYPNOTIKÁM 3. GENERÁCIE

Postupné znižovanie benzodiazepínov  
(napr. o 25 % dávky za 1 týždeň)

Po znížení dávky benzodiazepínov je  
možné použiť ZOLPIDEM na zníženie  
intenzity abstinečných príznakov

# Liečba nespavosti

## – odborné usmernenie

- Ak pacient užíva benzodiazepínové lieky na spanie dlhšie ako 6 týždňov, potrebné je vyšetrenie u špecialistu a odstránenie možnej príčiny nespavosti (depresia, anxieta, ochorenia nosa, dýchacích ciest, priedušiek, chronická bolesť a pod.)
- Cieľom je skvalitniť liečbu nespavosti a liečbu niektorých častých duševných porúch, a zníženie rizika vzniku závislosti počas liečby