

# Colitis ulcerosa og Crohns sygdom - hvordan tages den medicinske behandling

Til patienter og pårørende

Når du har fået konstateret Colitis ulcerosa eller Crohn's sygdom, har du en kronisk sygdom og skal ofte behandles med medicin i lange perioder. Også de perioder, hvor sygdommen er i en rolig fase.

Undersøgelser har vist at der er op til fem gange øget risiko for tilbagefald, hvis du stopper med at tage den forebyggende medicin.

Det kan være svært at huske at tage sin medicin, når man ingen symptomer har. Det kan derfor være en god ide at koble medicinindtagelsen sammen med daglige aktiviteter, såsom spising eller tandbørstning.

Det er vigtigt, at du er tryk ved den behandling du får, samt at det fungerer med din dagligdag.

Du kan få medicinsk behandling på flere forskellige måder.

Det kan være gennem munden (tabletter, kapsler og sachetter), lokal behandling (stikpiller, klyσμα eller skum), som en indsprøjtning (injektion) eller direkte i en blodåre (infusion).

Her kan du læse om de forskellige administrationsformer og få nogle praktiske tips, så det bliver en smule lettere for dig.

Har du spørgsmål, kan du altid spørge sygeplejerskerne i Mave og Tarm Ambulatorium.

## Medicin gennem munden

### Tabletter

- Tabletter tages bedst stående eller siddende
- Skyl altid tabletterne ned med et glas væske
- Nogle tabletter kan deles. Dette er en fordel, hvis du kun skal have 1/2 dosis eller ikke kan synke tabletterne hele. Der er en fordybning i de tabletter, som kan deles
- Alle andre tabletter med glat overflade skal synkes hele
- Som hovedregel må tabletter hverken knuses eller tygges, fordi der ofte i skallen/kapslen rundt om tabletten, sidder en mekanisme, som sørger for at medicinen først frigøres der, hvor den skal bruges

### Sachetter

- Er små løse korn (granulater) i en lille dosispose, som kan bruges, hvis man har svært ved at sluge tabletter.
- Hæld brevetts indhold ud bagest på tungen og skyl det ned med vand eller juice
- Alternativt kan du i stedet vælge at hælde kornene på en ske med yoghurt eller ymer. Du behøver ikke skylle efter med væske
- Hvis du glemmer en dosis, så tag den, når du kommer i tanke om det. Er du i tvivl, så kontakt sygeplejersken

# Colitis ulcerosa og Crohns sygdom - hvordan tages den medicinske behandling

## Lokal behandling gennem endetarmen

Colitis ulcerosa starter altid fra endetarmen og breder sig op gennem tyktarmen.

Det er derfor tit en fordel at behandle lokalt med stikpiller, klyσμα eller skum. På den måde får du medicinen netop derhen, hvor den skal virke med det samme. Hvis du er meget øm omkring endetarmsåbningen, kan det ofte hjælpe med lidt lokalbedøvende creme eller gel. Afhængig af hvor langt betændelsen strækker sig op i din tarm, vælger man enten stikpiller eller klyσμα/skum.

## Stikpiller

Hvis du får ordineret stikpiller, er det for at opnå ekstra høj koncentration af den aktive medicin i endetarmen.

Du kan med fordel tage stikpillen ved sengetid, da den er nemmere at holde på, når du ligger ned. Jo længere tid du kan holde på den, desto bedre virker medicinen.

Skal du have flere stikpiller om dagen, så tag den anden først på dagen, når du, så vidt muligt, har tømt tarmen.

- Stikpiller virker i de nederste 10-15 cm af tarmen
- Start med at tage stikpillen ud af beskyttelsespakningen
- Find den stilling du synes, passer dig bedst. Du kan med fordel ligge på siden, sidde på toilettet eller stå med det ene ben på toilettet eller en skammel
- Stikpillen indføres nemmest, hvis den er fugtet med lidt koldt vand eller vaseline
- OBS, hvis stikpillen kun er spids i den ene ende, skal du indføre den flade ende først. Når stikpillen er så langt oppe, at din finger rører ved endetarmsåbningen, kniber du endetarmsmusklen kraftigt sammen. Herved skubbes stikpillen op i tarmen, og du undgår, at den glider ud igen

## Klyσμα

Klyσμα er flydende medicin, som optages i tarmslimhinden. Klyσμα vælges til behandling af de nederst 40-50 cm eller den venstre side af tyktarmen. Det virker overvejende lokalt, og giver derfor færre bivirkninger i resten af kroppen.

Klyσμα gives ofte som en kur på 4-6 uger i forbindelse med opblussen i din sygdom.

Det er vigtigt at gennemføre kuren, selvom symptomerne aftager eller forsvinder undervejs.

- Tag klyσμα til sengetid, da du bedre kan holde på væsken, når du ligger ned
- Lun klyσμα til stuetemperatur for bedre at kunne holde på det. Det kan gøres ved enten at lune den i håndvasken med varmt vand, eller tage klyσμαet ind på maveskindet i ca. 20 minutter
- Læg dig på et ekstra underlag (engangsunderlag eller håndklæde)
- Vær opmærksom på at nogle væsker kan give misfarvning
- Husk en affaldspose til den tomme flaske
- Læg dig på venstre side - placer evt. en pude under hoften
- Indfør spidsen af klyσμαet i endetarmen. Indføringen kan lattes, hvis du smører spidsen med vaseline
- Klem flasken langsomt sammen så væsken løber op i tarmen. Start med at klemme en lille smule op, så tarmen vænner sig til det. Vent et øjeblik og tøm flasken langsomt op i tarmen over nogle minutter
- Klem endetarmsåbningen sammen og træk spidsen ud af endetarmen inden du slipper flasken, så du undgår, at væsken løber tilbage i flasken
- Bliv liggende på venstre side i nogle minutter - vend dig om på ryggen og løft enden et øjeblik - drej om på venstre side i nogle minutter igen og til sidst om på højre side i 10 minutter. På denne måde bliver væsken fordelt så højt op i tarmen som
- Herefter kan du lægge dig til at sove på den side, du har lyst til
- Jo længere tid du kan holde på klyσμαet, desto længere tid, får det mulighed for at virke. Det er bedst, hvis du kan holde på det hele natten

# Colitis ulcerosa og Crohns sygdom - hvordan tages den medicinske behandling

## Skum

Skum kan være et alternativ, hvis man har svært ved at holde på et klyksma. Det har mindre volumen og en høj viskositet (det er meget tyktflydende og klæber sig til tarmen).

Skum kan tages på det tidspunkt på dagen, der passer dig bedst, da du ikke behøver at ligge ned bagefter.

- Kan tages både stående og liggende
- Skummet doseres gennem en lille sprayflaske med applikator
- Nogle spraydåser indeholder flere doser skum, mens andre kun er til engangsbrug
- Opbevares ved stuetemperatur
- Ryst dåsen i 20 sekunder
- Nogle sprayflasker skal vendes på hovedet med pumpehovedet nedad
- Applikatoren indføres i endetarmen så langt ind som muligt
- Tryk pumpehovedet ned og hold trykket i ca. 2 sekunder
- Slip pumpehovedet igen meget langsomt
- Vent 10-15 sekunder inden du trækker applikatoren ud af endetarmsåbningen, så al skummet når at fordele sig i tarmen
- Fjern applikatoren fra spraydåsen efter brug

## Injektion

Injektion er en indsprøjtning af medicin gennem huden. Medicinen findes i engangssprøjter, som gives i underhuden (subkutant) på låret eller maveskindet.

Selve indsprøjtningen gives i starten af en sygeplejerske i ambulatoriet.

Efter nogle gange lærer de fleste selv at tage indsprøjtningen.

Du vil blive oplært i injektionsteknik, opbevaring af medicin m.v. af en sygeplejerske i Mave og Tarm Ambulatorium.

## Infusion

Infusion er indgift af medicin gennem en blodåre.

Behandlingen gives i ambulatoriet.