

Förstoppning - åtgärder och behandling

Bakgrund

Förstoppning innebär att man har längre intervall än tre dagar mellan tarmtömningarna och besvär i form av smärtor och uppkördhet. Vanliga orsaker till förstoppning är:

- Inaktivitet
- Litet vätske- och fiberintag
- Opioider
- Antiemetika (Navoban[®], Zofran[®])
- Vissa cytostatika framförallt Vinkristin. Kombinationen av Vinkristin och antiemetika (Navoban[®] och Zofran[®]) kan leda till att tarmpерistaltiken kan bli så dålig att det är risk för utveckling av subileus.
- Antacida (magsår/ magkatarrs läkemedel)
- Hyperkalcemi
- Funktionella hinder i mag- tarmkanalen t ex i form av tumörer.

Vid opioidbehandling ska alltid laxermedel sättas in. Vänta inte med laxermedel tills patienten är förstoppad!

Åtgärder för att förebygga förstoppning

- Inhämta alltid information om patientens avföringsvanor vid inskrivningssamtalet.
- Fråga patienten dagligen om han/hon skött magen. Detta gäller alla patienter! Detta kan med fördel göras på kvällen.
- Vi måste uppmärksamma patienten på att förstoppning kan uppstå, vad som bidrar till att förstoppning uppstår samt hur det kan förebyggas och behandlas.
- Vi måste även ge praktiska råd och information hur förstoppning kan förebyggas i vardagen t.ex. rikligt vätskeintag, motion, regelbundna toalettvanor samt hur laxermedel bör tas.
- Initiera insättande av laxermedel.
- Erbjud katrinplommondryck, frukt t ex päron, ProViva
- Läkemedel för att förebygga förstoppning
- Mjukgörande avföringsmedel (Laktulos)
- Laxoberal droppar har en tarmirriterande och därmed motorikstimulerande effekt, men även viss mjukgörande effekt. Effekten kommer efter tio timmar. Magknip är en vanlig biverkan som minskas genom uppdelade doser. Exempel på dosering; 5 droppar tre gånger dagligen.
- Kombination av Laktulos och Laxoberal rekommenderas.
- Movicol; rekommenderad dos 1-2 dospåsar dagligen.

Läkemedel vid förstoppning

- Smörjande laxermedel (Paraffinemulsion) kan fungera vid svår förstoppning. Dos 30 ml en till två gånger dagligen. Effekten kommer inom ett till tre dygn.
- Tablett Dulcolax, motorikstimulerande medel. En till två tabletter tas på kvällen, effekt efter 6-12 timmar.
- Supp Dulcolax är mjukgörande. Effekt efter 15-30 minuter.
- Movicol för att lösa upp fekalom: Åtta påsar dagligen, samtliga påsar ska intas inom sex timmar varje påse löses upp i 125 ml vatten (alternativt alla påsarna löses samtidigt upp i en liter vatten). Obs! Läkardordination.
- Klyx engångslavemang, effekt inom 5- 20 minuter.

Övriga typer av lavemang ex.

- Visbylavemang; 1/2 liter standardmjölk, värms till ca 25 grader, två msk sirap blandas i. Lavemanget ges med hjälp av lavemangspåse eller spolspruta och kateter. Visbylavemang kan upplevas skonsammare av patienten, än ex. Klyx och vattenlavemang.
- Manuell plockning; för att underlätta för patienten kan man innan själva plockningen spruta in paraffinemulsion eller matolja i rektum