

Informationsblad från Läkemedelskommittén Region Jämtland Härjedalen

# Jämtmedel



ÅRGÅNG 46 · NR 2 · NOVEMBER 2022



# Innehåll

Nyheter i Z-läkemedel.....	3
FYSS och FaR® .....	7
Norrländska läkemedelsdagarna 2023.....	8
Utbildning för sjuksköterskor om biologiska läkemedel ur ett reumatologiskt perspektiv .....	8

## Läkemedelsenheten 2022

Karin Lindgren, läkemedelsstrateg

Kristina Seling, läkemedelsansvarig läkare,  
ordförande Läkemedelskommittén

Kristina Wiberg, informationsläkare och reumatolog

Maria Huss, apotekare, Stramaordförande

Victoria Lindh, apotekare

Carina Träskvik, läkemedelssamordnande  
sjuksköterska

## Inledande ord

Nu finns Z-läkemedel 2022-2023 i tryckt häfte och på Läkemedelskommitténs hemsida. I Region Jämtland Härjedalen görs en revidering av Z-läkemedel vartannat år. De viktigaste förändringarna finns presenterade i detta nummer av Jämtmedel.

Stort tack till alla som bidragit i arbetet med rekommendationslistan!

## Jämtmedel

Informationsblad från Läkemedelskommittén  
Region Jämtland Härjedalen  
[www.regionjh.se/lakemedel](http://www.regionjh.se/lakemedel)  
Redaktör: Victoria Lindh  
Ansvarig utgivare: Kristina Seling  
Omslagsfoto: Sällsjöfjället, foto Camilla  
Grönlund

# Nyheter i Z-läkemedel

## UTDRAG UR NYHETER I RESPEKTIVE AVSNITT:

### ANDNINGSVÄGAR

-uppdaterad förkortningsordlista.

### ASTMA

- en period av fysisk aktivitet kan minska astmasymtom samt förbättra astmakontroll, livskvalitet och kondition och ett avsnitt om FYSS (Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling) är tillagt.

-behandlingstrappa vid astma tas bort och ersätts av löpande text där de olika stegen definieras och förslag på preparat ges.

- enligt de senaste uppdaterade GINA-riktlinjerna ([Global Initiative for Asthma](#)) rekommenderas en fast kombination av beta-2-stimuleraren *formoterol* (har snabbt tillslag) och inhalationssteroid vid behov redan på steg 1 och 2.

-steg 4 tas bort eftersom remiss till specialistmottagning rekommenderas.

-Spiriva Respimat (*tiotropium*) tas bort i listan vid astmabesvär.

-Flutiform (*flutikason+formoterol*) finns i tre olika styrkor och ersätter Symbicort inhalationspray (*budesonid+formoterol*) som bara finns i en styrka.

-uppdaterad förteckning över inhalationsläkemedel och spacer.

### KOL

- vid KOL är fysisk aktivitet indicerad tillsammans med rökfrihet och hälsosamma matvanor. Det finns god evidens för att personer med akut exacerbation kan förbättra livskvalitet och minska antalet sjukhusinläggningar om de påbörjar fysisk aktivitet i direkt anslutning till exacerbationen. Ett avsnitt om FYSS är tillagt.

-vid behov av trippelbehandling långverkande beta-2-receptorstimulerare, långverkande antikolinergikum och kortikosteroid i spayform finns Trimbrow (*formoterol+glykopyrronium+ beklometason*) nu med i listan.

### ALLERGI

- ingen större förändring.

### MAGE-TARM

- inga förändringar.

### ÖRON-NÄSA-HALS ÖRONSJUKDOMAR

-uppdelat i nya underrubriker Smörjande och vaxproppslösande samt Extern otit i stället för att allt ligger under Egenvård-Extern otit.

- Metylrosanilin APL tillagd att användas på mottagning vid svampinfektion.

-ny underrubrik Ventilationsrubbing mellanöra med rekommenderat preparat Rinexin (*fenylpropanolamin*).

### NÄSSJUKDOMAR

-Rhinocort Turbuhaler (*budesonid*) pulver är avregistrerad och struken från listan.

-Dymista (*azelastin/flutikason*) tillagd som andrahandspreparat bland nasala steroider.

-nytt avsnitt Näspolypos som behandlas med *mometason* i första hand och *prednisolon* i andra hand.

### MUN- OCH SVALGSJUKDOMAR

-Hexident (*klorhexidin*) struken från listan.

-ny underrubrik Oral candida som behandlas med Nystimex (*nystatin*).

-ny underrubrik smärttillstånd vid mun och svalgsjukdomar och där rekommenderas Andolex (*besydamin*).

### GYNEKOLOGI ANTIKONCEPTION

- en ny hormonspiral som heter Levosert (*levonorgestrel*) är tillagd och den kan jämföras med Mirena i gestagenhalt. Utseendet på införingshylsan skiljer Levosert och Mirena åt och även diametern på insättningsröret, där Levosert har en 0,4mm större diameter.

-Kyleena har lägre hormoninnehåll än Levosert och Mirena. Kyleena byts var femte

år medan Levosert och Mirena byts var sjätte år.

-Ornibel (*etonogestrel+ etinylestradiol*) är tillagd i rekommendationslistan och den ingår i samma utbytbarhetsgrupp hos Läkemedelsverket som NuvaRing.

## KLIMAKTERIEBESVÄR

-Vagidonna (*estradiol*) vaginaltabletter som förs in i vaginan med hjälp av en medföljande återanvändbar applikator är tillagt som ett likvärdigt preparat till Vagifem.

-till patient med tidigare bröstcancer är östrogenfri behandling första hands val. Vid utebliven effekt kan lågpotenta lokala östriolpreparat prövas. Medicineringen bör dock ske i samråd med patientens kirurg /onkolog.

## GRAVIDITETSILLAMÅENDE

-nytt avsnitt med informationstext.

-rekommenderade preparat: Postafen (*meklozin*), Lergigan Comp (*efedrin+ prometazin+ koffein*), Lergigan (*prometazin*) samt Primperan (*metoklopramid*).

## UROLOGI

-ingen förändring.

## HJÄRTA-KÄRL

### HYPERTONI

-regelbunden fysisk aktivitet är relaterad till minskad risk för hypertoni och ett nytt avsnitt om FYSS är tillagt.

## ISCHEMISK HJÄRTSJUKDOM

- regelbunden fysisk aktivitet är relaterad till minskad risk för att utveckla kranskärlssjukdom. och ett nytt avsnitt om FYSS är tillagt.

## FÖRMAKSFLIMMER

-alla som behandlas med NOAK ska registreras i Journalia via AK-mottagningen.

-Xarelto (*rivaroxaban*) tillagd i rekommendationslistan.

## KRONISK HJÄRTSVIKT

- aktuell läkemedelsbehandling har förtydligats genom att presentera

behandlingsval (grundbehandling samt eventuella tillägg) vid HF<sub>r</sub>EF respektive HF<sub>m</sub>rEF under separata underrubriker.

-ARB ges endast om ACE-hämmare inte tolereras.

-SGLT-2-hämmarna Forxiga (*dapagliflozin*) och Jardiance (*empagliflozin*) har tillkommit som behandlingsalternativ vid hjärtsvikt även hos icke-diabetiker.

## ÖGON

-ingen förändring.

## RÖRELSEAPPARATEN

- uppdatering av informationstexterna.

## SMÄRTA

### LÅNGVARIG SMÄRTA

-opioidbehandling rekommenderas ej vid långvarig smärta och skall användas mycket restriktivt. Opioider har endast undantagsvis en plats vid långvarig, icke-cancerrelaterad smärta. Därför har de tidigare rekommenderade preparaten strukits.

## ENDOKRINOLOGI

### DIABETES TYP 2

-regelbunden fysisk aktivitet kan minska risken att utveckla diabetes typ 2 samt förbättra glukoskontrollen och ett avsnitt om FYSS är tillagt.

-behandlingsalgoritm uppdaterad.

-Ozempic (*semaglutid*) är tillagd i rekommendationslistan.

-basinsulin, i andra hand rekommenderas Toujeo (*insulin glargin*).

## OSTEOPOROS

-ett avsnitt om FYSS är tillagt då fysisk aktivitet kan förebygga utvecklingen av osteoporos.

-i första hand rekommenderas zoledronsyra eller alendronat.

## HUD OCH VENEREOLOGI

### EKSEM, DERMATITER OCH KLÅDA

-Protopic (*takrolimus*) är tillagt och detta preparat bör handhas av läkare med särskild kompetens och erfarenhet av att behandla eksem.

-Propyless är en kutan emulsion som är mindre kladdig än en kräm och därför tillagd som alternativ bland mjukgörande medel.

-Miniderm tillagd i listan som mjukgörande medel till framför allt små barn tack vare mindre risk för sveda.

## SEBORROISKT EKSEM

- Salicylsyra 2% i Decubal APL tillagt.

## PSORIASIS

-Betnovat (*betametason*) lösning/emulsion tillagt.

## AKTINISK KERATOS

-till ansiktet: Tolak (*fluorouracil*), Aldara (*imikvimod*),

-till övriga lokaler: Aldara (*imikvimod*), Zyclara (*imikvimod*).

## BLODSJUKDOMAR

-inga förändringar.

## INFEKTIONER

- på grund av en långvarig brist på läkemedel (kapslar och oral suspension) som innehåller *ceftibuten* rekommenderas *cefixim* som ett alternativ vid febril urinvägsinfektion. Cefixim finns tillgängligt genom licensförskrivning och finns både som oral suspension och som tablettberedning.

-Ery-Max enterokapsel har slutat att tillhandahållas på den svenska marknaden och ersätts med Abboticin filmdragerad tablett i styrkan 250 mg. Båda innehåller den aktiva substansen *erytromycin*.

## NEDRE UVI HOS KVINNOR

-uppdaterad dosering hos Selexid (*pivmecillinam*).

## RINOSINUT HOS VUXNA

-vid terapivikt på penicillin V bör Spektramox (*amoxicillin+klavulansyra*) 875 mg x 3 i 7 dagar användas i stället för enbart *amoxicillin*.

## NEUROLOGI

### MIGRÄN – FÖREBYGGANDE BEHANDLING

- uppdaterad informationstext.

-vid migrän är fysisk aktivitet indicerad som förebyggande behandling av anfall. Personer med migrän kan minska migränfrekvens, intensitet och duration samt förbättra livskvalitet efter en period med aerob fysisk aktivitet och ett avsnitt om FYSS är tillagt.

### RESTLESS LEGS

- i första hand rekommenderas *pramipexol* och i andra hand *gabapentin*.

## PSYKIATRI

### DEPRESSION

-regelbunden fysisk aktivitet är relaterad till minskad risk för att utveckla depression och exempel på lämpliga aktiviteter är gång, löpning, cykling, styrketräning, dans och simning. FYSS är tillagt.

### SÖMNSTÖRNINGAR

-FYSS har en plats vid sömnstörning då exempelvis fysisk träning på förmiddagen kan tidigarelägga dygnsrytmen och göra det lättare att somna för personer med sen dygnsfas.

### PANIKSYNDROM

-FYSS är tillagt då till exempel ångestreduktion kan uppnås med fysisk aktivitet på hög intensitet.

## BEROENDETILLSTÅND

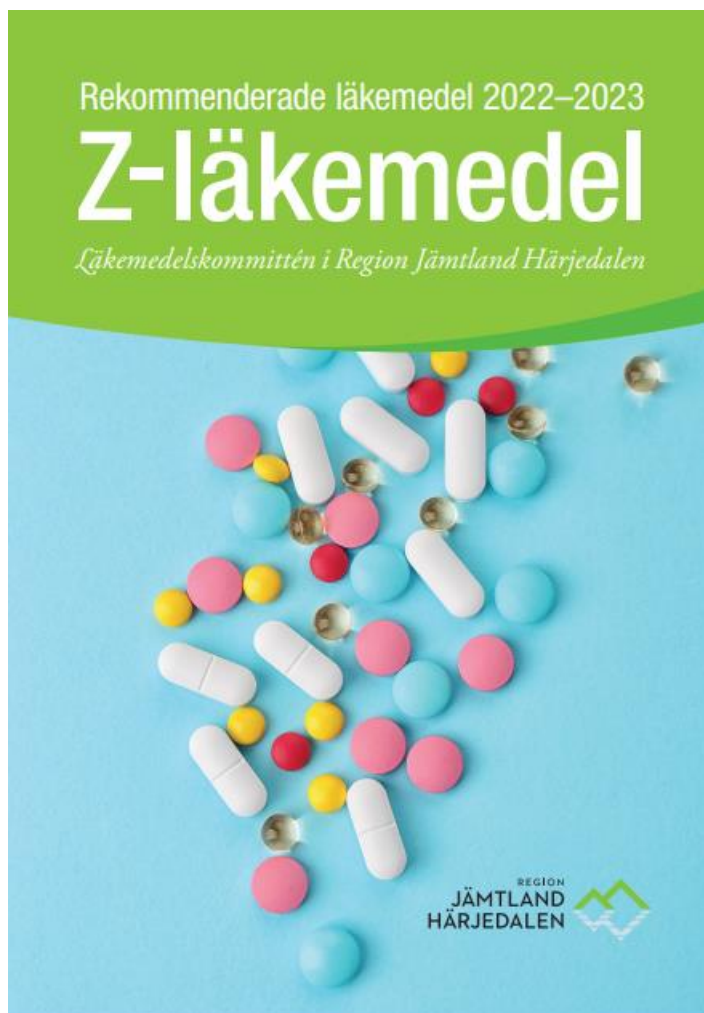
-ingen förändring.

-Champix (*vareniklin*), läkemedel vid rökavvänjning, är restnoterat på oviss tid då vissa batcher har innehållit nivåer av nitrosamider som överstiger tillverkarens gränsvärden.

### **Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling, FYSS.**

Fysisk aktivitet definieras som all kroppsrörelse som ökar energiförbrukningen utöver den i vila. Fysisk aktivitet kan utföras i hemmet, på arbetet, under transport, på fritiden eller som organiserad träning eller idrott. Pulshöjande (aerob) fysisk aktivitet på måttlig intensitet ger en märkbar ökning av

puls och andning, medan hög intensitet ger en markant ökning av puls och andning. Muskelstärkande fysisk aktivitet avser att öka styrka, muskulär uthållighet eller muskelmassa. Stillasittande definieras som sittande eller liggande aktiviteter i vaket tillstånd som inte nämnvärt ökar energiförbrukningen utöver den i vila.



# FYSS och FaR®

Nytt i Z-läkemedel 2022-2023 är att fysisk aktivitet är tillagd i många kapitel. Fysisk aktivitet påverkar vår hälsa i positiv riktning och bidrar till ett ökat välbefinnande. Att enbart vara fysisk aktiv eller att kombinera det med hälsosamma matvanor kan förebygga till exempel hjärt-kärlsjukdomar, typ 2-diabetes, sjukdomar i rörelseorganen, vissa cancerformer, fetma och även psykisk ohälsa. Det är inte självklart i vilken utsträckning fysisk aktivitet kan användas för att förebygga och behandla olika sjukdomstillstånd, vilka typer av fysisk aktivitet som är mest lämpade för olika grupper samt vilka eventuella risker som är förknippade med fysisk aktivitet. FYSS är en förkortning av Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling, och är ett kunskapsstöd som kan vara till hjälp vid ordination av fysisk aktivitet.

Fysisk aktivitet på recept (FaR®) är en metod för att främja fysisk aktivitet som utgår från hälso- och sjukvården. Metoden utvecklades av dåvarande Statens folkhälsoinstitut i samband med det nationella initiativet Sätt Sverige i rörelse 2001. Idag står Sveriges regioner som huvudmän för arbetet med FaR®. FaR® började användas i Jämtland 2004.

Ett FaR® kan förskrivas av läkare, sjuksköterskor, fysioterapeuter eller annan legitimerad vårdpersonal. De ger förslag på träning som är lämplig beroende på diagnos, personligt intresse och livssituation. Det kan vara allt från promenad till stavgång, simning, vattengymnastik, styrketräning, gympapass, qigong, yoga eller trädgårdsarbete men det är viktigt att aktiviteten höjer pulsen. Alla som behöver fysisk aktivitet för att förebygga eller behandla en sjukdom kan få FaR®.

Victoria Lindh, apotekare



## Recept på fysisk aktivitet - FaR®

Datum:

Giltighetstid:

Behandlingsorsak:

Personnummer

Namn

Adress

Postadress

Telefon

### Aktivitet 1

Egen

Aktör

<input type="checkbox"/> Bas-/Vardagsaktivitet				<input type="checkbox"/> Kondition		<input type="checkbox"/> Styrka		<input type="checkbox"/> Rörlighet/Smidighet	
Aktivitet									
Antal dagar i veckan			Dosering		Intensitet			Med stegräknare	
					<input type="checkbox"/> Låg <input type="checkbox"/> Måttlig <input type="checkbox"/> Hög				
Målsättning					Övrig info:				

# Norrländska läkemedelsdagarna 2023

De fyra nordliga läkemedelskommittéerna inbjuder till Norrländska läkemedelsdagarna 7, 8 och 9 februari 2023 kl 13.00-16.00

**Målgrupp:** Läkare, sjuksköterskor och farmaceuter.

**Anmälan:** [Länk till anmälningsformulär](#)

**Plats:** Via Teams. Länk skickas till dig som anmält dig.

Deltagande är kostnadsfritt.

Eventuella frågor hänvisas till [lakemedelskommitten@regionvasterbotten.se](mailto:lakemedelskommitten@regionvasterbotten.se)

Årets ämnen:

- Hjärtsvikt
- Njursvikt
- Läkemedel vid graviditet och amning
- Barn och läkemedel
- Prostatacancer
- Långvarig icke- malign smärta
- Sömn och sömnstörning
- Livsstilsverktyget
- Läkemedel och miljö



## Utbildning för sjuksköterskor om biologiska läkemedel ur ett reumatologiskt perspektiv

Läkemedelskommittén i Region Jämtland Härjedalen inbjuder till en föreläsning av Kristina Wiberg, reumatolog och informationsläkare, om biologiska läkemedel ur ett reumatologiskt perspektiv. Mycket har hänt under de senaste åren som lett till ett förbättrat allmäntillstånd för patientgruppen. Vi möter alla i vardagen någon som får biologiska läkemedel och här får du möjligheten att veta hur läkemedlen fungerar och vad man bör ha med sig för kunskaper kring dem.

**När:** 14 december 2022 kl 14.00-16.00

**Målgrupp:** Alla sjuksköterskor i slutenvård, primärvård och hemsjukvård.

**Plats:** Köpmangatan 21, Lokal Storsjön. Möjlighet att delta på videolänk finns.

**Anmälan:** Anmälan om deltagande görs till: [madeleine.borjeflo@regionjh.se](mailto:madeleine.borjeflo@regionjh.se)

Sista anmälningsdag 12 december

Anmälan för deltagande på videolänk skickas snarast till [madeleine.borjeflo@regionjh.se](mailto:madeleine.borjeflo@regionjh.se)

Deltagande är kostnadsfritt.