

Lithium



Informatie voor oudere
patiënten die lithium gebruiken

Lithium

Uw arts heeft u het medicament lithium voorgeschreven. In deze folder leest u meer over het gebruik en de mogelijke bijwerkingen.

Het medicijn lithium zorgt voor een stabielere stemming. Lithium is een natuurlijke stof, die in ertsminen gewonnen wordt als zout. Het ziet er uit als keukenzout en smaakt ook zo, met een licht metalige bijmaak. Het is goed in water oplosbaar. Het komt voor in planten, in sommige waterbronnen en in zeewater. Lithium is de werkzame stof.

Tegen welke klachten helpt lithium?

Lithium helpt in de behandeling van manie en het onder controle houden en voorkomen van grote stemmingswisselingen bij mensen met een manisch-depressieve stoornis (bipolaire stoornis). Verder blijkt dat lithium de werking van zogenaamde antidepressiva versterkt bij mensen met een depressie of dwangmatig handelen (obsessieve-compulsieve stoornis). Ook is het innemen van lithium zinvol bij de behandeling van bepaalde vormen van hoofdpijn en bij langdurende impulsiviteit of agressie.

Hoe bepaalt de arts de dosis van lithium?

De dosis lithium verschilt van patiënt tot patiënt en is afhankelijk van hoe goed iemand reageert op dit medicijn en van de lithiumwaarde in het bloed. Tijdens de behandeling zal de arts regelmatig de hoeveelheid geneesmiddel in het bloed controleren en kijken naar de werking van de schildklier en de nieren. In het bloed meet men de zogenaamde lithiumspiegel en bij de meeste mensen werkt lithium het beste als er tussen de 0.6 en 1.2 millimol per liter in het bloed zit.

Hoe lang duurt het voordat lithium begint te werken?

Voor het onder controle brengen van manie is een behandeling van minimaal 14 dagen nodig. Het duurt even voordat lithium begint te werken. Klachten zoals depressie, dwangmatig handelen (obsessieve-compulsieve stoornis), hoofdpijn en langdurende impulsiviteit of agressie zullen geleidelijk verbeteren. Het gebruik van lithium voor een langere periode is nodig om te voorkomen dat een manie, of andere klachten waarvoor lithium is voorgeschreven, terugkomen. Blijf dit medicijn daarom gebruiken volgens de aanwijzingen van de arts. Stop nooit met het innemen zonder overleg met de arts. Bij plotseling stoppen is de kans dat de klachten terugkomen groter.

Echter bij ouderen wordt gestreefd naar een spiegel tussen de 0.6 en maximaal 0.8 millimol per liter bloed, omdat oudere mensen extra gevoelig zijn voor lithiumtoxiciteit.

De volgende adviezen zijn belangrijk als de arts de lithium waarde in het bloed gaat meten:

- Bij een dosering van 1 keer per dag: neem de dosering 's avonds voor het slapen gaan in, omdat een bloedcontrole altijd 12 uur na de inname plaatsvindt.
- Bij een dosering van 2 keer per dag: neem bij een bloedafname in de morgen, de ochtenddosering pas na de bloedafname in.

Als u lithium inneemt, is het belangrijk om voldoende te drinken. Het advies is 8 tot 12 kopjes per dag met water.

Hoe werkt lithium?

Na inname verspreidt lithium zich door het hele lichaam. Het speelt in de hersenen een rol in de prikkeloverdracht tussen zenuwuiteinden, die verstoord is bij manische en depressieve klachten. Ook helpt het voorkomen dat deze ontregeling opnieuw optreedt. Lithium heeft daarnaast invloed op diverse andere organen.

Hoe lang moet ik lithium gebruiken?

Bij een eerste manische periode is het advies om lithium minimaal één jaar te gebruiken. Dit vermindert de kans dat u later opnieuw ziek wordt. Na dat jaar kan de arts de dosis langzaam afbouwen. De arts zal hierbij goed in de gaten houden of u weer klachten of symptomen krijgt. Als er zich geen hernieuwde klachten of symptomen voordoen, kan de arts het gebruik van lithium geleidelijk afbouwen en stoppen. Mensen die verschillende periodes hebben doorgemaakt van depressie of manie doen er verstandig aan lithium te blijven gebruiken voor onbepaalde tijd.

Langdurig gebruik van lithium helpt bij terugkerende klachten als depressie, dwangmatig handelen (obsessieve-compulsieve stoornis), hoofdpijn en chronische agressie of impulsiviteit.

Ook hier geldt: stop nooit met het innemen van de medicijnen, zonder eerst met uw behandelend arts te overleggen.

Bijwerkingen van lithium

In meer of mindere mate kunnen alle medicijnen bijwerkingen veroorzaken. Deze zijn meestal niet ernstig en komen ook niet bij alle patiënten voor. Soms treden bijwerkingen op voordat de positieve werking van een medicijn merkbaar wordt. Als de bijwerkingen blijven voortduren, is het verstandig dit met uw arts te bespreken en te kijken naar een mogelijk alternatief.

De meest voorkomende bijwerkingen die u moet melden aan uw arts bij een volgende afspraak zijn:

- Vermoeidheid en concentratieproblemen. Deze problemen verdwijnen meestal binnen niet al te lange tijd. Het gebruik van andere medicijnen die u slaperig maken, kunnen dit probleem versterken. Als de sufheid aanhoudt, is het belangrijk voor u om geen auto te rijden en geen machines of apparaten te bedienen.
- Misselijkheid of brandend maagzuur. Als u deze klachten heeft, is het verstandig om de medicijnen tijdens het eten in te nemen.
- Spierzwakte, vermoeidheid, stijfheid en licht trillen van uw spieren. Praat hierover met uw arts. Een aanpassing van de dosis lithium kan deze bijwerkingen mogelijk verminderen.

- Veranderingen in seksuele behoefte of seksueel functioneren. Bespreek dit met uw arts.
- Gewichtstoename. Let op wat u eet en hoeveel u eet. Vermijd zoveel mogelijk voeding dat een hoog vetgehalte bevat (zoals cake en gebak, vette kaas en vet vlees).
- Extra dorst, meer urine en vaker plassen. Bespreek dit met uw arts.
- Droge huid, acné of schrale huid. Bespreek dit met uw arts.
- Vocht in de benen, een dreigend 'open been'. Bespreek dit met uw arts.

Bijwerkingen die u meteen moet melden aan uw arts en die erop kunnen wijzen dat de lithiumspiegel in uw bloed hoger is dan toegestaan:

- Evenwichtsstoornissen.
- Onduidelijk spreken.
- Verwardheid, rusteloosheid of juist apathie, geheugenstoornis, desoriëntatie.
- Problemen met de ogen, bijvoorbeeld de dingen dubbel zien.
- Misselijkheid, braken, maagpijn als deze klachten langer dan 24 uur duren.
- Waterige stoelgang of diarree (meer dan twee maal per dag).
- Abnormale zwakheid of sufheid.
- Duidelijk trillen en beverigheid (bijvoorbeeld bij het vasthouden van een kopje), spierkrampen of trillende kaak.

- Koorts.
- Infecties (zoals blaasontsteking en luchtweginfectie).

Als u uw arts niet meteen kunt bereiken, stop dan met de inname van lithium totdat u de arts gesproken hebt. Drink veel vocht en neem zoute tussendoortjes (chips, crackers). Blijven de bovengenoemde symptomen aanhouden of verergeren deze binnen 12 uur ga dan naar de SEH (Spoedeisende Hulp) van het dichtstbijzijnde ziekenhuis. Een lichamelijk onderzoek (neurologisch) en bloedtest (bepalen van de lithiumspiegel) kan de oorzaak van de problemen duidelijk maken.

De volgende bijwerkingen, die zeldzaam zijn, moeten onmiddellijk doorgegeven worden aan uw behandelend arts:

- Pijnlijke mond, tandvlees of keel.
- Rode huiduitslag met of zonder jeuk, een opgezet gelaat.
- Koorts met griepachtige verschijnselen.
- Opzetten van de nek: krop.

Wat te doen als u bent vergeten lithium in te nemen?

Neem een vergeten dosering zo snel mogelijk in, behalve als de volgende dosering binnen 4 uur moet worden ingenomen. Is dit laatste het geval, dan slaat u de vergeten dosering over en gaat verder met het gewone tijdschema. Neem geen dubbele hoeveelheden lithium in.

Het gebruik van lithium met andere medicijnen

Lithium kan de werking van andere medicijnen beïnvloeden. Ook kan de werking van lithium veranderen door het gebruik van andere medicijnen. Daarom is het belangrijk dat de arts of apotheker weet welke medicijnen u allemaal gebruikt. Dit geldt ook voor medicijnen die u zonder recept bij de drogist kunt kopen én voor medicijnen bij een verkoudheid, inclusief homeopathische producten of producten op kruidenbasis. Informeer elke arts waarmee u te maken krijgt en ook uw tandarts over het feit dat u lithium slikt.

Contactgegevens Mondriaan Ouderen

Locatie Heerlen
Kloosterkensweg 10
6419 PJ Heerlen
088 506 63 63

Locatie Maastricht
Vijverdalseweg 1
6226 NB Maastricht
088 506 63 63

Als u nog vragen hebt over lithium, aarzel dan niet om contact op te nemen met uw behandelaar, apotheker of verpleegkundige.

Waarschuwingen en opmerkingen

1. Ga niet op eigen initiatief de voorgeschreven dosis lithium verminderen of vermeerderen. Bespreek dit altijd eerst met uw arts.
2. Stop niet plotseling met het gebruik van lithium. Dit kan leiden tot ontwenningverschijnselen, zoals angst, prikkelbaarheid en sterk wisselende emoties.
3. Lithium is van invloed op de rijvaardigheid en op het bedienen van apparaten of machines. Vermijd deze activiteiten wanneer u zich suf of traag voelt.
4. Veranderingen in stemming of gedrag moet u melden bij uw arts.
5. Het is belangrijk om voldoende te drinken. Aanbevolen wordt 8 tot 12 kopjes per dag. Dit kan bij voorkeur in de vorm van water.
6. Wees matig met het drinken van cafeïnehoudende producten (zoals koffie, thee, cola) en alcoholhoudende dranken; voorkom overmatig alcoholgebruik.
7. Bij de behandeling van normale pijn met medicatie is het verstandig om geen ontstekingsremmers zoals Ibuprofen, Voltaren, Naproxen te gebruiken (NSAID's). Deze kunnen de hoeveelheid lithium in het bloed beïnvloeden, wat kan leiden tot een vergiftiging. Paracetamol is een veilig alternatief. Verander de inname van de hoeveelheid zout tijdens de behandeling niet zonder vooraf met uw arts hierover te spreken.
8. Het gebruik van diuretica (plaspillen) kan leiden tot een hogere lithiumspiegel waardoor de kans op intoxicatie toeneemt. Overleg met uw arts indien u deze medicatie gebruikt.
9. In geval van koorts die gepaard gaat met braken of diarree is het belangrijk met de arts te overleggen over aanpassing van de dosis lithium.
10. Wees waakzaam bij warm weer of activiteiten waarbij u heftig transpireert zoals warme baden, sauna, sporten. Overmatig vochtverlies of zoutverlies kan leiden tot veranderingen in de lithiumspiegel in uw lichaam.
11. Tabletten of capsules met lithium dienen in één keer te worden doorgeslikt. Dus niet erop kauwen.
12. Bewaar uw lithium op een schone en droge plaats bij kamertemperatuur. Houd alle medicijnen buiten het bereik van kinderen.
13. Wij adviseren u een medicatiepaspoort bij u te dragen. U kunt dit aanvragen bij uw apotheker.

Over Mondriaan

Mondriaan is een instelling voor geestelijke gezondheidszorg in Limburg. Jaarlijks bieden we zorg aan duizenden mensen. We hebben speciale behandelingen voor kinderen, jeugdigen, volwassenen en ouderen met psychische of psychiatrische klachten en voor mensen met verslavingsproblematiek. Daarnaast biedt Mondriaan forensische psychiatrie.

Onze belangrijkste taak is mensen te helpen die door psychische aandoeningen gedurende kortere of langere tijd belemmerd worden in hun welzijn en functioneren. Ons uitgangspunt daarbij is: thuis als dat kan, opgenomen als dat echt moet. Onze aanpak is oplossings- en samenwerkingsgericht en zoveel mogelijk op de persoon afgestemd.

Mondriaan is één van de grotere werkgevers in Limburg. We zijn een erkend opleidingsinstituut voor psychiaters, psychologen en verpleegkundig specialisten. Opleiden en wetenschappelijk onderzoek staan in dienst van het continu verbeteren van onze zorg, op basis van de nieuwste inzichten. Op www.mondriaan.eu vindt u meer informatie.

Mondriaan Ouderen behandelt mensen van 65 jaar en ouder met psychische en/of psychiatrische problemen, zoals depressiviteit, angsten, fobieën, ernstige vergeetachtigheid, spanningsklachten, onrust of verwardheid. Daarnaast kunnen patiënten jonger dan 65 jaar waarbij de problematiek aansluit bij ouderen tot onze doelgroep behoren. Onze behandelingen worden ambulante, klinisch en in deeltijd aangeboden. Op het gebied van preventie geven we voorlichting en cursussen. Tevens adviseren en ondersteunen wij familieleden en mantelzorgers van onze patiënten. Ook professionele zorgverleners en instellingen kunnen een beroep doen op ons voor advies, ondersteuning of overname van behandeling. Mondriaan Ouderen biedt de hulpverlening aan vanuit de locaties Parkstad en Maastricht.

Postbus 4436
6401 CX Heerlen
www.mondriaan.eu

© Mondriaan juni 2017