



## ASIAKAS APTEEKISSA

TEKSTI SARA KINNUNEN JA KAROLIINA KUUSJÄRVI

# Happosalpaajat – tarpeen vai ei?

25-vuotias nainen pyytää apua närästyksen. Hän kuvaa oireiksi kylläisyyden ja turvotuksen tunteen sekä rintalastan taakse paikantuvan poltteen. Oireet ilmaantuvat pari kertaa kuukaudessa, kun hän on ollut ulkona syömässä ystävien kanssa. Kaveri on suositellut Somac®-valmistetta, ja kehunut sen olevan tehokkain itsehoitolääke. Asiakas ei ole aikaisemmin käyttänyt närästyslääkkeitä.

ENEMMÄN kuin joka kymmenes kokee närästysoireita vähintään kerran viikossa. Närästys on oire refluksitaidista, mikäli oireita esiintyy viikoittain. Närästytksen aiheuttaja on ruokatorveen nouseva hapan mahaneste. Närästys tuntuu polttavana tunteena rintalastan takana ja se voimistuu yleensä ruokailun jälkeen. Närästäviä ruoka-aineita ovat esimerkiksi kahvi, alkoholi sekä mausteiset ja rasvaiset ruuat. Lisäksi närästystä voivat pahentaa makuulla olo, kumar-telu, nostelu sekä kiristävät vaatteet.

Ennen lääkkeen valintaa tulee selvittää asiakkaan muu lääkitys, sillä happosalpaajat voivat vaikuttaa muiden lääkkeiden pitoisuuksiin muuttamalla niiden metaboliaa tai vaikuttamalla lääkkeiden imeytymiseen muuttamalla mahalaukun pH:ta.

Lisäksi tulisi selvittää, miten voimakkaita oireet ovat olleet, kauanko närästysoireet yleensä kestävät ja onko asiakas yrittänyt lievittää niitä jotenkin.

### Lääkkeet

Mahalauksessa protonipumpun estäjät (PPI-lääkkeet) reagoivat palautumattomasti parietalisolujen SH-ryhmien kanssa. Tämä estää mahalaukon peruserityksen lisäksi myös stimuloitua eritystä lähes täysin. Protonipumpun estäjät ovat ahiolääkkeitä, eivätkä ne kestä mahalaukun happamuutta, minkä takia ne otetaan enterotabletteina. Esi-

merkkejä lääkeaineista ovat omepratsolia sisältävä Losec®, esomepratsolia sisältävä Esomeprazol Orion® ja lansopratsolia sisältävä Zolt®.

PPI-lääkkeet ovat yleensä hyvin siedettyjä. Päänsäryn lisäksi esiintyviä mahdollisia haittoja ovat ruuansulatuskanavan oireet, kuten ummetus, ripuli ja pahoinvointi. Käytön lopettamisen jälkeen mahalaukon eritystä lisääntyy, mikä voi lisätä riskiä mahalaukun kasvaimille.

Yhteisvaikutukset muiden lääkkeiden kanssa eivät ole iso käytännön

rauksena oireilu voi uusiutua ja johtaa väliaikaiseen PPI-lääkeriippuvuuteen. Pitkäaikainen PPI-lääkitys suositellaan lopetettavan asteittain.

### Lääkkeiden valintaan vaikuttavat seikat

Cochrane-katsauksen mukaan ihmiset, joilla on lievä tai ajoittaista närästystä, voivat saada oireisiinsa riittävän hel- potuksen antasidien ja elämäntapojen muuttamisen avulla. Asiakkaan närästysoireet vaikuttavat lieviltä ja ne esiintyvät suhteellisen harvoin, joten hänelle ei ole syytä suosittelua happosalpaajia. Asiakas tietää, että rasvainen ruoka on närästytksen aiheuttaja, joten hänelle voisi suositella tarvittaessa otettavia antasideja, kuten Rennie®. Asiakas voisi ottaa lääkkeen ehkäisemään närästys- oireita noin tunti aterian jälkeen. Antasidien vaikutus perustuu suolahapon neutraloimiseen, joten vaikutus alkaa nopeasti lääkkeen ottamisen jälkeen.

Mahalaukun suolahapolla on useita tärkeitä tehtäviä, kuten infektiosuojana toimiminen ja elimistölle tärkeiden ravintoaineiden imeytymisen edistäminen, joten suolahapon erityksen esto ei joka tilanteessa ole järkevää. Vakavissa tilanteissa PPI-lääkkeiden hyödyt ovat suurempia kuin haitat, mutta lie- vissä tapauksissa tarvittaessa otettavilla lääkkeillä saadaan kokonaisuuden kan- nalta parempi lopputulos.

” PPI-lääkkeet ovat yleensä hyvin siedettyjä.

ongelma, sillä PPI-lääkkeiden puoliin- tumisaika plasmassa on lyhyt ja vaikutukset CYP-entsyymijärjestelmään suhteellisen vähäiset. Lääkeinteraktiot muiden CYP2C19 järjestelmän kautta metaboloituvien lääkkeiden kanssa ovat kuitenkin mahdollisia.

Pitkäaikaisen PPI-lääkkeen käytön (yli kaksi kuukautta) jälkeen mahalaukun haponeritys on tavallista run- saampaa parin kuukauden ajan. Sen seu-

## Asiakkaalle kerrottavia asioita:

➤ Rennie® otetaan tunti ruokailun jälkeen.

➤ 1–2 tablettia puuskellaan tai annetaan hitaasti liueta suussa.

➤ Lääkkeettömiä hoitokeinoja ovat oireita aiheuttavien ruoka-aineiden ja kiristävien vaatteiden välttäminen.

➤ Päivittäisenä itsehoitona lääkkeitä voi käyttää kaksi viikkoa. Mikäli oireet jatkuvat pidempään, haittaavat elämää tai esiintyy muita oireita, kuten nielemisvaikeuksia, laihtumista, oksentelua tai äkillistä rintakipua, on syytä hakeutua lääkäriin.

➤ Äkillinen rintakipu saattaa olla merkki sepelvaltimotaidista tai sydäninfarktista.

Asiakasapteenika -patsaa kirjoittivat lää-Suomen yliopiston farmasian opiskelijat Liakelaho ja neuvonota 2 -opintojakson osasto. Assosiaalinen tarkistivat opintojakson opettajat Kai Niina Karttunen ja pihdalla.



## PUHEENJOHTAJISTOLTA

Paistalla vuorottelevat puheenjohtajat.

## Terveisiä uudelta edustajistolta

Farmasialiiton uuden edustajiston kausi pyörähti käyntiin marras- kuussa. Kokouksessa kuultiin monia mielenkiintoisia puheenvuoroja, ja tuttuun tapaan esimerkiksi talousarvio herätti paljon keskustelua. Virus, joka jääköön nimeämättä, sekoitti pakkaa juuri ennen kokousta uusilla kokoumismääräyksillä. Etäkokousmahdollisuuden ansiosta pystyin osallistumaan kokoukseen samalla, kun olin kotona turvallisesti lapseni kanssa.

Lähdin mukaan edustajiston (silloisen liittovaltuuston) toimintaan jo opiskelija-aikoina. Useampi vuosi näissä hommissa on siis vierähtänyt. Ensimmäisissä kokouksissani arastelin puheenvuoron käyttöä, mutta käsiteltävien asioiden tultua tutuksi on ollut koko ajan helpompaa olla äänessä kokouksen aikana. Jos käsiteltävät aiheet ovat olleet vieraita, niin muiden edustajien kanssa etukäteen pohtimalla ja kokousten aikana kyselemällä ne ovat tulleet niin tutuksi, että on voinut olla luottavaisin mielin mukana päätöksenteossa. Virallista merkityksestään huolimatta edusta- jiston kokoukset ovat rentoja ja keskustelua on voitu käydä avoimesti.

Ensimmäisessä kokouksessaan edus- tajaisto valitsi hallituksen, joka puolestaan aloitti kautensa tammikuun alussa. Osa uuden edustajiston jäsenistä siirtyi hallitukseen, minkä seurauksena edustajistossa on tilaa uusille jäsenille. Päätimmekin kokouksessa, että järjestämme tänä vuonna edustajiston täydennysvaalit.

Miksi hakea mukaan edustajiston jäseneksi? Edustajaisto on se paikka, jossa jäsenet linjaavat Farmasialiiton toimintaa. Edustajaisto on liiton ylin päättävä elin, eli viime kädessä me jäsenet päätämme, miten liitto toimii ja miten toimintaa kehitetään. Farmasialiiton tehtävään on pal- vella meitä jäseniä. Liiton sääntöjen mukaan edustajistossa tulee olla jäseniä eri työskentelysektoreilta, joten eri työtehtävissä työskentele- vien farmaseuttien ja proviisorien ääni tulee kuulluksi. Kokouksia edus- tajaistolla on kahdesti vuodessa ja kokouksissa on erinomainen mahdolli- suus nähdä muita kollegoja.

Laitathan ehdolle asettumisen korvan taakse! Edustajiston kausi on nelivuotinen, joten ehdit hyvin olla mukana keskusteluissa ja päätök- senteossa. Mikään työskentelysektori tai elämäntilanne ei ole este tässä mielenkiintoisessa tehtävässä toimimisella.

Laura Saarelainen

Farmasialiiton edustajiston puheenjohtaja



Viime kädessä me jäsenet päätämme, miten liitto toimii.



Lähteet: Duodecim lääketietokanta, www.terveysportti.fi - Itseliäkitys. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim ja Suomen Apteekkariliiton asettama työryhmä. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2016. www.kaypahoito.fi • Mustajoki P.: Tietoa potilaalle: Närästys. Lääkärin tietokanta. Lääkärikirja Duodecim, 2019 - Nissinen M.: Protonipumpun estäjät lääkevalmisteilla yli kaksi vuosikymmentä. Aikakauskirja Duodecim 127(8):785-92, 2011 - Sigterman K., Van Puytteren B., Boris P., Lau J., Numans M.: Short-term treatment with proton pump inhibitors, H2-receptor antagonists and prokinetics for gastro-oesophageal reflux disease-like symptoms and endoscopic negative reflux disease. Cochrane Systematic Review - Intervention 2013. https://doi.org/10.1002/14651858.CD002095.pub5 • Ylivatsavaivat ja refluksioireet. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim ja Suomen Gastroenterologiyhdistyksen asettama työryhmä. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2019. www.kaypahoito.fi