

Obstipation

- Gennemgang af træningskort

Jacob Mesot Liljehult
Klinisk sygeplejespecialist
cand.scient.san, PhD

Risikofaktorer for obstipation

- Immobilisering
- Tidligere obstipation
- Dehydrering
- Lavt fiberindtag
- Ændring af toiletrutiner
- Blufærdighed
- Nervesygdomme
- Medicin
 - Opioider
 - Antikolinerge midler (*antidepressiva, antipsykotika, parkinson-midler, antihistaminer*)
 - Calcium-antagonister
 - Jerntilskud
 - Diuretika

Non-farmakologiske interventioner

(både forebyggelse og behandling)

- Mobilisering
- Væskeindtag
- Fiber i kosten
- Tilpasning til toiletrutiner
- Ordentlig siddestilling








Tegn på obstipation

- Ingen eller få afføringer
- Hånd konsistens
- Oppustethed
- Mavesmerter
- Kvalme/madlede

Spørg til:

- Habituel afføringsmønster
- Hvornår de sidst har haft afføring

Bristol Stool Chart

Type 1		Separate hard lumps, like nuts (hard to pass)
Type 2		Sausage-shaped but lumpy
Type 3		Like a sausage but with cracks on the surface
Type 4		Like a sausage or snake, smooth and soft
Type 5		Soft blobs with clear-cut edges
Type 6		Fluffy pieces with ragged edges, a mushy stool
Type 7		Watery, no solid pieces. Entirely Liquid

Laksantia

Osmotisk virkende

- Virker ved at holde væske ud i tarmindeholdet
- Første valg både til forebyggelse og behandling af obstipation
- Præparater:
 - *Movicol/ Gangiden,*
 - *Lactulose,*
 - *Magnesia*

Peristaltik fremmende

- Øger bevægelserne i tarmen og øger derved transporthastigheden
- Kan gives som supplement til osmotisk
- Anbefales til patienter med obstipation pga. medicin
- Præparater: *Toilax,*
Laxoberal, Dulcolax

Dosering

Movicol

(Pulver til opløsning)

Startdosis:

- 1-8 breve i løbet af en dag

Vedligeholdende dosis:

- 1 brev 1-3 gange per dag

Lactulose

(Mixtur)

Vedligeholdende dosis:

- 15-30 ml dagligt
(kan fordeles over flere doser)

Laxoberal

(Dråber)

Vedligeholdende dosis:

- 5-10 mg (10-20 dråber)
1 gang dagligt

Toilax

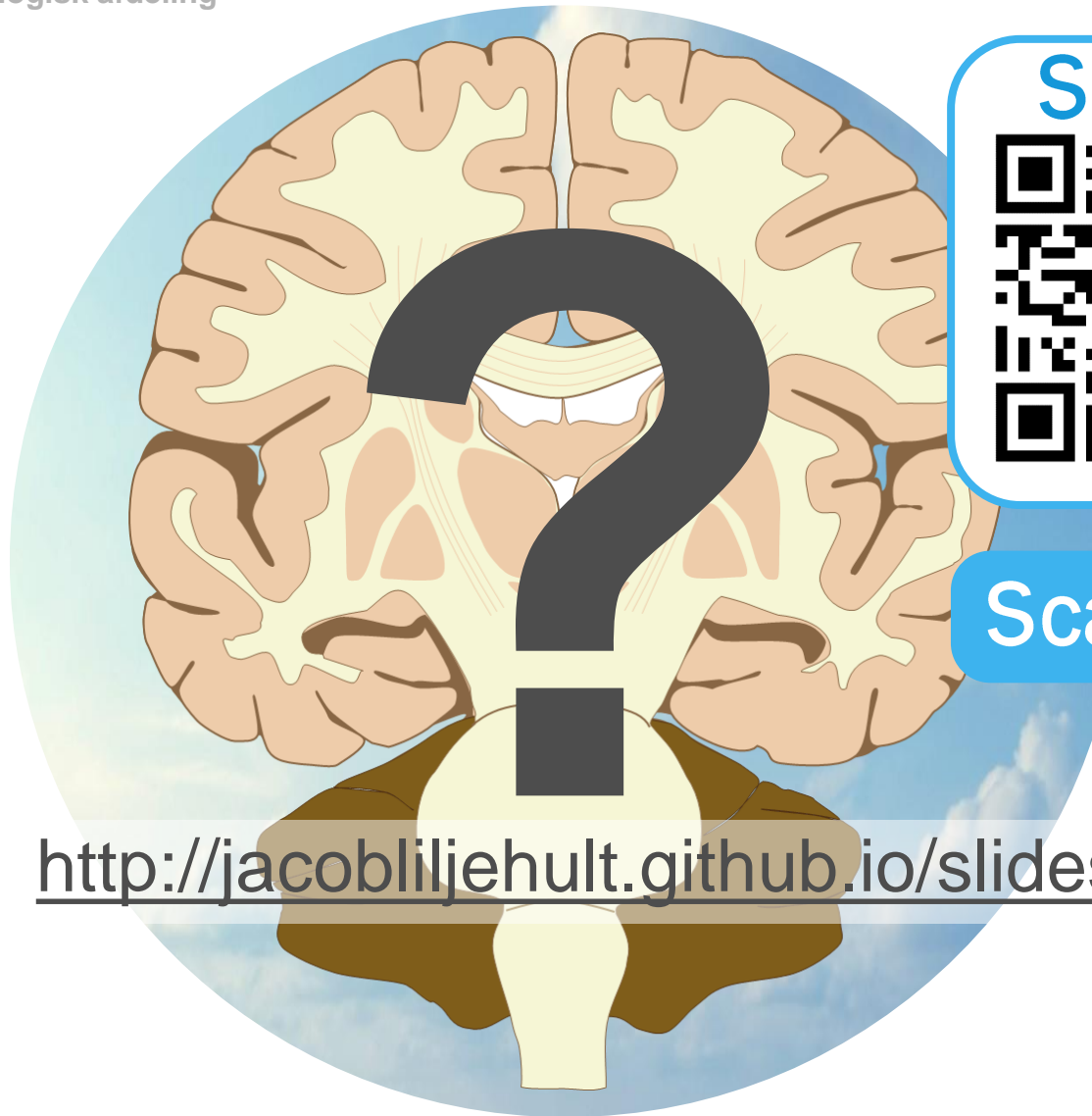
(Tabletter)

Vedligeholdende dosis:

- 5-10 mg 1 gang dagligt

Bivirkninger

- Hyppige bivirkninger: GI-gener (*mavesmerter, oppustethed, kvalme, diarre, opkastning*)
- Sjældne bivirkninger: *Dehydrering, elektrolytforstyrrelser, allergisk reaktion*
 - Bivirkningsforekomsten er omtrent ens for alle præparater
 - Risikoen for bivirkninger afhænger af dosis
 - Sikring af væskeindtaget kan begrænse dosis



Slides



Scan mig

<http://jacobliljehult.github.io/slides>