

Varför en behandlingsdagbok?

Dina personliga känslor är den bästa värdemätaren på medicinens effekt. Det är därför din läkare har gett dig den här dagboken som är en viktig del i din behandling. Med hjälp av den kan både du och din läkare följa behandlingen. Då blir det enklare att anpassa den efter dina personliga behov.

Börja med att fylla i vilken medicin du ska ta och när den ska doseras. Ange också vilka eventuella råd du fått av din läkare och tiden för nästa läkarbesök. Det är alltid bra att ha det noterat för säkerhets skull.

Känner du dig osäker på hanteringen av patientdagboken, ta gärna hjälp av en nära vän eller anhörig.

2.

Mina mediciner

Medicin	Dos	Morg.	Em.	Kväll	Natt

Min läkare gav mig följande råd

Nästa besök hos läkaren _____

Mina mediciner

Medicin	Dos	Morg.	Em.	Kväll	Natt

Min läkare gav mig följande råd

Nästa besök hos läkaren _____

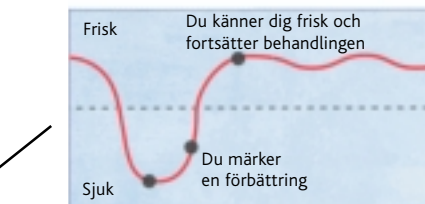
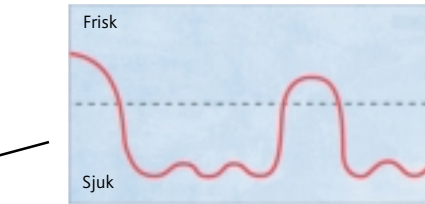
Depressionens förlopp.

Utan behandling: Depression är en långvarig sjukdom som är svår att leva med. Utan behandling kan den ofta pågå i månader eller längre. Sedan mår du något bättre, men depressionen har en tendens att återkomma efter kortare och kortare perioder.

En **bra behandling** skapar förutsättningar för att du ska må bättre. Det är mycket viktigt att du tar din medicin enligt din läkares ordination, även om du känner dig frisk. På så sätt kan du minska risken för återfall i depression.

Om du ändå vill sluta att ta din medicin rådfrågar du först din läkare.

5.



6.

Så här fyller du i dagboken.

Varje morgon, helst innan kl 10.00, sätter du ett kryss för den aktuella dagen i schema A (måndag till söndag). Sätt krysset i översta rutan om du mår mycket bra. Mår du någorlunda bra sätter du krysset i mitten och mår du riktigt dåligt sätter du krysset längst ner.

Varje söndag ska du sätta ett kryss i schema A och sedan svara på frågorna vid B. Detta ger både dig själv och din läkare ännu en möjlighet att följa behandlingen.

7.

Till dig som tidigare tagit Cipramil eller byter från Cipramil till Cipralex.

Cipralex är en vidareutveckling av Cipramil och likt detta i många avseenden.

Halva dosen.

Cipramil består av två delar – den antidepressiva effekten finns i den ena delen. Först nyligen har det blivit möjligt att isolera denna aktiva del, som kallas Cipralex. Detta innebär att du tar mindre mängd av läkemedlet Cipralex än av Cipramil.

Varför byta till Cipralex?

Ett byte från Cipramil till Cipralex betyder inte att ditt tillstånd försämrats. Syftet är att ge dig bästa möjliga behandling så att ditt tillstånd fortsätter att förbättras.

Likartad biverkningsprofil.

Den gynnsamma biverkningsprofilen för Cipralex är mycket lik den som gäller för Cipramil. Biverkningarna är huvudsakligen milda och övergående.

Patientinformation om Cipralex.

Exempel: Behandlingsvecka

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket bra							
			X			X	
	X			X	X		
Mycket dåligt							X

Exempel: På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

8.

Behandlingsvecka 1

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

9.

Behandlingsvecka 2

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

10.

Behandlingsvecka 3

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

11.

Behandlingsvecka 4

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

12.

Behandlingsvecka 5

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

13.



Mer information om Cipralex finns i förpackningens bipacksedel.

H. Lundbeck AB. Box 23, 250 53 Helsingborg. Telefon: 042-25 43 00. Fax: 042-20 17 19. www.lundbeck.se

Cipralext är ett säkert och effektivt läkemedel mot depression.

Cipralext är en vidareutveckling av Cipramil som är ett mycket välbeprövat läkemedel för behandling av depression. Cipralext är en antidepressiv medicin som tillhör en grupp som kallas selektiva serotoninupptagningshämmare (SSRI). Cipralext verkar genom att normalisera serotoninnivåerna i hjärnan. Störningar i hjärnans serotoninsystem anses vara en viktig faktor vid utvecklingen av depression och ångestrelaterade sjukdomar.

Dosering.

Den dosering som din läkare ordinerar är speciellt anpassad för dig. Därför är det viktigt att du följer

doseringsanvisningen på förpackningens etikett.

Ändra aldrig doseringen utan att först ha talat med din läkare.

En gång dagligen.

Du tar Cipralext en gång om dagen. Du behöver inte ta den i samband med måltid. Du ska inte tugga tabletten utan svälja den hel med hjälp av ett glas vatten.

Det kan ta lite tid.

Precis som för andra läkemedel mot depression kan det ta lite tid innan Cipralext ger effekt och du börjar må bättre. Därför är det viktigt att du fortsätter

behandlingen även om du till en början inte tycker att den har effekt. Det är också väsentligt att inte avbryta behandlingen när du börjar må bättre eller upplever biverkningar. Fortsätt att ta tabletterna så länge din läkare rekommenderar det. Kontakta din läkare om du har funderingar kring behandlingen.

Om du glömmet att ta Cipralext.

Ta inte dubbel dos i morgon om du glömmet ta Cipralext i dag. Ta i stället din nästa dos som vanligt.

Biverkningar.

Som alla läkemedel kan Cipralext ge vissa biverkningar,

men dessa är normalt milda och går över efter de första veckornas behandling. De vanligaste är illamående, minskad aptit, yrsel, insomningssvårigheter, sömnlighet och gäspningar. Vidare kan diarré, förstoppning, ökad svettning och sexuella störningar förekomma.

Behandlingsdagboken.

Dagboken här intill är en viktig del av din behandling. Den är lätt att fylla i och gäller för 16 veckor. Riv av och vik ihop efter linjerna så har du en dagbok i behändigt format. Dagboken är utvecklad av Lundbecks-institutet och bearbetad av Hans Bjerrum, läkare inom psykiatri.



Behandlingsvecka 6

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

14.

Behandlingsvecka 7

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

15.

Behandlingsvecka 8

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

16.

Behandlingsvecka 9

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

17.

Behandlingsvecka 10

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

18.

Behandlingsvecka 11

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

19.

Behandlingsvecka 12

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

20.

Behandlingsvecka 13

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

21.

Behandlingsvecka 14

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

22.

Behandlingsvecka 15

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

23.

Behandlingsvecka 16

	mån	tis	ons	tors	fre	lör	sön
Mycket dåligt							
Mycket bra							

På söndagen svarar du också på följande tre frågor:

Är jag lika glad som vanligt? Ja Ibland Nej

Kan jag ta beslut? Ja Ibland Nej

Sover jag gott på natten och vaknar utvilad på morgonen? Ja Ibland Nej

24.

Behandlingsdagbok

Namn _____

Datum för behandlingens start _____

Glöm inte att ta med dagboken varje gång du ska besöka din läkare.



H. Lundbeck AB. Box 23, 250 53 Helsingborg.
Telefon: 042-25 43 00. Fax: 042-20 17 19. www.lundbeck.se