

## **Amitriptylyne bij neurogene pijn en slaapstoornis (Tryptizol, Sarotex)**

### *Korte uitleg, instructies.*

Amitriptylyne is een middel dat al lang bestaat. Het wordt ook gegeven als antidepressivum; bij de toepassing waar deze uitleg over gaat (chronische neurogene pijn, zoals bij neuropathie bij Diabetes en, als zeer dankbare toepassing, bij slaapstoornissen en pijn bij Fibromyalgie) geven we het middel in zo'n lage dosering dat het niet werkt als antidepressivum.

We geven het om twee, al bij heel lage dosering toch betrouwbare, "bijwerkingen": de werking op de "diepe" "zenuwpijnen", en omdat het slaperig maakt.

Amitriptylyne moet via een speciaal recept, uitgeschreven door uw behandelend arts of specialist, worden voorgeschreven.

Amitriptylyne werkt niet verslavend: u heeft niet telkens een hogere dosis nodig om hetzelfde effect te hebben, en (bij doseringen tot zo'n 25 á 50 Mg per nacht) geeft het bij stoppen, geen onthoudingsverschijnselen. Veel mensen gebruiken het zo'n drie maanden, raken in een goed slaapritme en "vergeten" het dan; soms nemen zij het dan weer een periode als er weer slaap problemen zouden ontstaan.

Om Amitriptylyne (bij slaapstoornissen door pijn, bij o.m. Fibromyalgie) systematisch uit te proberen gelden de volgende aanbevelingen:

1. Neem het zo'n drie uur voor het slapen gaan in: Amitriptylyne werkt langzaam in, en werkt dan lang dóór (als u het "op de rand van het bed" inneemt, slaapt u de eerste uren niet- of niet goed, én heeft u er de volgende ochtend nog "plezier" van: een "zombie-effect").
2. Begin met zo'n lage dosering (vaak 5, hoogstens 10 Mg), dat het in ieder geval geen sufheid geeft de volgende ochtend. Als het wel effect heeft, maar niet voldoende, verdubbel de dosering dan éénmaal na 5 á 7 dagen (dan neemt u na een week na start, dus 10 of 20 Mg); bij nog onvoldoende effect (en geen "zombie" effect) kunt u na nog eens een week, opnieuw verdubbelen. Neem niet meer dan 20 Mg zonder verder overleg met de voorschrijvend arts.
3. Gebruik Amitriptylyne niet (of alleen na nadrukkelijk overleg met de voorschrijvend arts) bij:
  - a. Moeilijk in te stellen hoge bloeddruk en moeilijk te regelen hartritmestoornissen;
  - b. Bij het syndroom van Sjögren, aangeboren hartritmestoornissen, (recente) schildklierafwijkingen en medicatie daarvoor; en epilepsie.
  - c. Bij twijfel: overleg met de voorschrijvende arts, of met de apotheker! (Lees meer op de website [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl)).

In de toepassing zoals we die hier beschrijven gebruiken we een relatief zeer lage dosering; wij zien dan ook zelden beperkende bijwerkingen.

A.C. Hagedoorn, revalidatiearts  
BIG 89021307201

(juni 2014)