

Korta Läkemedelsnyheter Psykiatri

Läkemedelsspecialist: Malin Alenius

Personer med sömnproblem använder bensodiazepiner i genomsnitt var fjärde dag

Av årets 365 dagar använder personer med sömnproblem bensodiazepiner under cirka 85 dagar. Motsvarande siffra för personer utan sömnproblem är drygt 20 dagar.

Detta är ett av resultaten i denna longitudinella registerstudie från Kanada. Studien innehöll 892 personer som alla var 65 år eller äldre, med en medelålder på cirka 74 år, och som talade franska. Personer med svåra eller måttliga kognitiva problem (Mini Mental State Examinaion <22) hade tidigare blivit exkluderade från studien eftersom minnesproblem kunde påverka tillförlitligheten i svaren.

Deltagarna intervjuades vid två tillfällen med ett års mellanrum. Vid varje tillfälle fick de svara på frågor angående den aktuella situationen samt ett antal frågor om de senaste 12 månaderna. Användningen av bensodiazepiner togs sedan från en databas angående läkemedelsuttag. Sömnkvaliteten mättes med hjälp av Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) där 0 poäng representerade excellent sömnkvalitet och 21 poäng representerade väldigt dålig sömnkvalitet. Deltagarna var indelade i två grupper; grupp 1 som inte hade några sömnproblem (PSQI ≤ 5 poäng) och grupp 2 som hade problem med sin sömn (PSQI > 5 poäng).

Grupperna skilde sig åt i vissa hänseenden. Det var lägre andel kvinnor i gruppen utan sömnproblem (65%) jämfört med gruppen med problem (73%; $p < 0,01$). Det var också mindre än hälften så många personer som använde bensodiazepiner i grupp 1 (15%) jämfört med grupp 2 (39%; $p < 0,0001$) vid både mätning 1 och mätning 2. Tittade man på förändringen av sömnkvaliteten mellan första och andra mätningen kunde man se att de som initialt sov utan problem blev något försämrade under året som gick medan de som initialt hade sömnproblem blev något förbättrade. Detta till en sådan grad att 22,5% av dem som initialt var utan sömnproblem hade sömnproblem vid andra mätningen.

Författarna till studien arbetade i huvudsak vid olika universitet i Canada. Ingen intressekonflikt uppgavs förekomma.

Referens: Béland, S-G et al. The association between length of benzodiazepine use and sleep quality in older population. Int J Geriatr Psychiatry, 2010; [E-pub ahead of print]: doi: 10.1002/gps.2623.