LBC P Lippstädter Benzo-Check für Patienten:

Einleitung:

Benzodiazepine und Non-Benzodiazepine (Zolpidem, Zopiclon, Zaleplon) sind gut wirksame Medikamente, die sich zur medikamentösen Behandlung von psychischen Krisen sehr gut eignen. In der Regel werden diese Medikamente zu Beginn der Behandlung gut vertragen. Mit einer Einnahmedauer über 8 Wochen hinaus wächst das Risiko für unerwünschte Begleiterscheinungen. Die Medikamente verlieren im Verlauf ihre Wirkung und es kann zu einer Wirkumkehr kommen, d.h. die Symptome, gegen die das Medikament wirken soll, werden von dem Medikament verstärkt.

Der „Lippstädter Benzo-Check" dient als Orientierung, ob und wie ausgeprägt mögliche unerwünschte Wirkungen bereits aufgetreten sind.

Anleitung:

Die nachfolgenden Fragen beziehen sich auf ***im Verlauf der Einnahme aufgetretene oder verschlechterte*** *Symptome. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Symptome auch durch eine andere Erkrankung zu erklären sind. Eine sichere Beurteilung kann nur durch weiterführende Gespräche mit dem Arzt erfolgen. Niemals dürfen Benzodiazepine und Non-Benzodiazepine (Zolpidem, Zopiclon, Zaleplon) schlagartig abgesetzt werden. Sprechen Sie vorher immer mit Ihrem Arzt.*

Kreuzen Sie die für Sie zutreffende Antwort an und zählen Sie die Punktzahl zusammen.

Auswertung auf der Rückseite.

Erleben Sie eine Abschwächung Ihrer Gefühle bis hin zu einer depressiven Verstimmung?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Ist Ihre Konzentrations- und/oder Merkfähigkeit gestört?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Fehlt Ihnen körperliche Energie?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Leiden Sie unter Schlafstörungen?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Haben Sie Ängste?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Schwanken Ihre Gefühle innerhalb eines Tages deutlich?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Reagieren Sie überempfindlich auf Sinnesreize (z.B. blendet Licht, werden Geräusche rasch als Lärm empfunden)?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 2 Punkt
- ☐ ziemlich — 4 Punkte
- ☐ stark — 6 Punkte
- ☐ sehr stark — 8 Punkte

Nehmen Sie das Medikament aus anderen als den ursprünglichen Gründen und Anlässen (z.B. das Schlafmedikament tagsüber, wenn Sie gar nicht schlafen wollen)?

- ☐ nie — 0 Punkte
- ☐ selten — 1 Punkt
- ☐ manchmal — 2 Punkte
- ☐ oft — 3 Punkte
- ☐ sehr oft — 4 Punkte

Stolpern Sie ohne ersichtlichen Grund, oder sind Sie gestürzt?

- ☐ nie — 0 Punkte
- ☐ selten — 2 Punkt
- ☐ manchmal — 4 Punkte
- ☐ oft — 6 Punkte
- ☐ sehr oft — 8 Punkte

Nutzen Sie zusätzliche Quellen zur Beschaffung des Medikaments (z.B. andere Ärzte, Dritte, Internet, …) und/oder meiden Sie das Thema Medikamenteneinnahme und/oder nehmen Sie das Mittel heimlich ein und/oder bagatellisieren Sie die eingenommene Menge?

- ☐ nie — 0 Punkte
- ☐ selten — 2 Punkt
- ☐ manchmal — 4 Punkte
- ☐ oft — 6 Punkte
- ☐ sehr oft — 8 Punkte

Haben Sie die Dosis gesteigert, weil die Wirksamkeit des Medikaments nachgelassen hat?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 1 Punkt
- ☐ ziemlich — 2 Punkte
- ☐ stark — 3 Punkte
- ☐ sehr stark — 4 Punkte

Sind Sie auf das Medikament fixiert (z.B. verlassen Sie das Haus nicht mehr „ohne") und/oder stehen Sie einer Reduktion oder dem Absetzen des Medikaments skeptisch gegenüber?

- ☐ überhaupt nicht — 0 Punkte
- ☐ ein wenig — 2 Punkt
- ☐ ziemlich — 4 Punkte
- ☐ stark — 6 Punkte
- ☐ sehr stark — 8 Punkte

© R. Holzbach

LBC P Lippstädter Benzo-Check für Patienten:

Auswertung:

0 – 12 Punkte:
Noch keine sicheren, typischen Folgeerscheinungen. Sie sollten die Gefahren der Langzeiteinnahme kennen (die in den Fragen angesprochenen Veränderungen) und sich über alternative Behandlungen informieren. Entscheiden Sie dann mit Ihrem Arzt, wie weiter vor zu gehen ist.

13 – 24 Punkte:
Die Summe der Veränderungen kommt wahrscheinlich von der Einnahme der Benzodiazepine / Non-Benzodiazepine. Die Fortführung der Einnahme ist problematisch. Das Absetzen der Medikamente ist Ihnen an zu raten, die Weiterverschreibung sollte auf jeden Fall befristet werden. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Setzen Sie nicht alleine und niemals schlagartig die Medikamente ab.

25 und mehr Punkte:
Die Veränderungen kommen mit hoher Wahrscheinlichkeit von der Langzeiteinnahme der Benzodiazepine / Non-Benzodiazepine. Ein ambulanter oder stationärer Entzug ist Ihnen dringend an zu raten. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Setzen Sie nicht alleine und niemals schlagartig die Medikamente ab.