

Debemos tener especial cuidado con el consumo de otras sustancias ya que pueden causar efectos indeseados si se administran junto con la metadona, en el caso de los depresores del Sistema Nervioso Central, como alcohol y benzodiazepinas, se ve potenciado el efecto depresor de la metadona.

En la mayoría de muertes relacionadas con sobredosis de metadona se habría consumido además benzodiazepinas y alcohol.

La mayoría de los efectos secundarios que aparecen inicialmente tienden a desaparecer con el tiempo (en torno a los seis meses) y con la estabilización de la dosis, si bien, algunos de ellos pueden persistir.

Los más importantes son:

- Euforia, agitación, desorientación, trastornos de humor como ansiedad o depresión.
- Somnolencia y/o insomnio
- Estreñimiento por disminución de los movimientos intestinales.
- Sudoración excesiva
- Náuseas y/o vómitos
- Dificultad para orinar.

De todos estos efectos secundarios los que suelen persistir a largo plazo son:

- Disminución de la libido
- Alteraciones del sueño
- Aumento sudoración
- Estreñimiento

Tomar la dosis diaria y siempre a la misma hora para mantener niveles en sangre. Hay que buscar una rutina que nos resulte fácil de recordar tanto para la recogida, acudiendo los días pautados, como para la toma. Por ejemplo con el desayuno, antes de ir a trabajar, antes de ir a dormir.

Tomar la dosis completa. No dejar "un chupito" para más tarde. Si nos hace demasiado efecto, comunicárselo al médico para que ajuste la dosis o la pauten en dosis partida.

Se debe acudir a las citas programadas como parte de un tratamiento completo, es decir no limitarnos a recoger la metadona.

También son necesarios los controles toxicológicos, no para castigar por un positivo en el consumo de sustancias, sino para ver que se está consiguiendo el objetivo de abstinencia o reducción del consumo de sustancias.

Las condiciones para la conservación son en el bote original opaco protegido de la luz directa y en un ambiente no demasiado caluroso, si puede ser mejor refrigerado y respetando siempre los 30 días máximo de caducidad.

- No se debe congelar pues pueden verse alteradas sus propiedades.
- Evitar guardar dosis de reserva en casa, por si "algún día no puedo ir a recoger" ya que la metadona se estropea.
- No juntar todas las dosis de metadona en una e ir sacando con una jeringa. Las dosis se entregan individualmente para cada día y así hay que tomarlas.

Debemos utilizar la dosis adelantada adecuadamente, no para tener dos días de recogida si no para lo que ha sido prescrita.



Ayuntamiento de
TORREJÓN DE ARDOZ

PAUTAS PARA UN BUEN USO DE LA METADONA



SERVICIO DE ENFERMERÍA

CAID
TORREJÓN DE ARDOZ

TLF: 91 656 69 12

ACLARA TUS DUDAS

¿Por qué hay que tomar siempre la metadona a la misma hora?

Para mantener niveles estables de metadona en sangre.

¿Por qué a veces se toma la metadona en una sola dosis y otras veces en dos?

Por su vida media larga es suficiente tomarla en una sola dosis, pero cuando estamos tomando algún tratamiento médico como antiretrovirales que hacen que se elimine la metadona más rápidamente, el médico la pauta en dos mitades que se toman una por la mañana y otra por la tarde-noche.

¿En qué condiciones alimenticias hay que tomar la metadona?

No hay ninguna recomendación especial sobre si hay que tomarla con el estómago lleno o vacío, salvo que exista algún problema a nivel gastrointestinal que recomiende tomarla de una determinada manera. Hay pacientes que si la toman con el estómago vacío vomitan.

¿Qué hacer si se me olvida una dosis?

Si nos retrasamos en la toma unas horas la tomaremos cuando nos demos cuenta e intentaremos recuperar el horario anterior. Si se nos olvida una dosis y ya está cerca la toma de la siguiente dosis lo mejor es esperar para no cambiar el horario. No debemos tener miedo a que aparezca el "mono" porque en 24 horas sólo puede aparecer algún síntoma fácilmente manejable.

¿Qué hacer si por error me tomo dos dosis en un mismo día?

Decírselo a algún familiar o amigo para que vigile si aparece somnolencia o dificultades para respirar, y en este caso que nos lleve al hospital o avise al 112

¿Se puede llamar por teléfono si hay alguna duda sobre la toma de la metadona?

Por supuesto, siempre que tengáis alguna duda sobre algo referente a la metadona, podéis llamarnos, o venir personalmente, pedir cita con el enfermero de referencia, si no es algo urgente.

¿Qué hacer si una persona que no soy yo se toma mis botes?

Debemos custodiar los botes de manera adecuada para evitar que este tipo de accidentes ocurran. Una persona que no esté habituada a tomar metadona puede tener consecuencias muy graves, incluyendo la muerte.

En caso de que esto suceda, los síntomas son los de una sobredosis, respiración muy lenta, pérdida de conciencia y pupilas muy pequeñas. Si sospechas de esta situación lo mejor es poner a la persona de lado para evitar que se ahogue en caso de vómito y llamar rápidamente al servicio de emergencias 112.

¿Qué hago si vomito después de tomar la dosis de metadona?

Si ha transcurrido más de media hora desde la toma, la metadona ya se ha absorbido y no habría que tomar nada más.

Si vomito en la primera media hora tras la toma de metadona habría que tomar otra dosis.

¿Qué hago si me voy de vacaciones y no puedo venir a recoger?

Habría que darte metadona para los días que vas a estar fuera. Hay varias opciones: darte botes, Metasedín o hacerte una derivación a un centro cercano al lugar donde vayas a pasar tus vacaciones. En cualquiera de los casos anteriores tendrías que avisarlo con antelación (15 días aproximadamente) sobre todo si te vas a llevar Metasedín o se te va a derivar a otro centro, necesitamos unos días para hacer las gestiones oportunas.

¿En todos los centros se dispensa la metadona igual?

En la mayor parte de los centros dispensadores de metadona de España se dispensa la metadona líquida, pero hay que tener en cuenta que, es posible que la concentración no sea la misma, es decir, que una misma dosis puede tener un volumen distinto dependiendo de esta concentración. Hay otros centros en los que sólo dan Metasedín. De todas formas lo que debe importarnos es que nos den nuestra dosis, no la presentación.

¿Puede recoger mis dosis de metadona otra persona?

Siempre y cuando esté autorizada, debidamente firmado el contrato de responsable y acreditado con el carnet de responsable que te proporcionamos en el Caid.

¿Qué pasa si tomo metadona estando embarazada?

El embarazo es un criterio de urgencia para ingresar en un programa de metadona. Esto es debido a que el feto sufre cuando la madre tiene el SAO (síndrome abstinencia a opiáceos). Durante el embarazo es conveniente mantener la dosis de metadona. En algunos casos será necesario aumentarla al final del embarazo debido al aumento de peso de la madre.

Aunque no está demostrado que sea un tratamiento inocuo para el feto, si es el más seguro.

Es importante saber que según nazca el niño debe ser atendido en un hospital ya que presentará SAO y que la madre no podrá darle de lactar porque la metadona pasa a la leche materna.

¿Se puede conducir si estoy tomando metadona?

La reforma de la ley General de Tráfico publicada en el BOE 3715 que entró en vigor el 9 de Mayo de 2014 recoge en su artículo 12 "...tampoco podrá circular por las vías objeto de esta ley el conductor de cualquier vehículo con presencia de drogas en el organismo, de las que quedarán excluidas aquellas sustancias que se utilicen bajo prescripción facultativa y con una finalidad terapéutica siempre que se esté en condiciones de utilizar el vehículo conforme a la obligación de diligencia, precaución y no distracción establecida en el artículo 9..."

Si me para la policía y llevo botes de metadona ¿puedo tener algún problema?

No, siempre que sean tuyos o seas el responsable de un paciente y lleves el carnet acreditativo de usuario o responsable de metadona que te proporcionamos en el Caid.



Para cualquier duda
consulte con su
enfermer@

