



Hyvä [henkilön nimi],

Lähestyin Sinua kirjeitse jokin aika sitten huomattuani, että potilastietojärjestelmämme mukaan olet käyttänyt jo jonkin aikaa [Lääkkeen nimi] -lääkitystä. Rauhoittavien lääkkeiden pitkäaikaiskäyttöä ei suositella niihin liittyvien pitkäaikaishaittojen takia.

Toivon, että varaat ajan vastaanotolleni, niin voimme käydä läpi tarkemmin vointiasi. Uusin nyt [Lääkkeen nimi] -lääkityksesi reseptin [päivämäärä] saakka. Seuraavan kerran reseptin uusitaan vastaanottokäynnin yhteydessä.

Jo ennen vastaanotolle tuloa voit yrittää laskea [Lääkkeen nimi] annosta. Paras tapa on ottaa lääkettä ainoastaan silloin, kun koet ettet mitenkään pärjää ilman lääkettä.

Jos et millään pärjää kokonaista päivää ilman rauhoittavaa lääkitystä, voit yrittää vähentää lääkitystä esimerkiksi neljänneksellä viikon välein. Tabletin pienentämiseen voit käyttää apteekista ostettavaa tablettileikkuria. Annoksen laskeminen vähitellen vähentää vieroitusoireita ja annoksen laskeminen onnistuu paremmin. Annoslaskun yhteydessä voi esiintyä ahdistuneisuutta ja unettomuutta. Vointi tasaantuu yleensä viikon sisällä, eikä sen takia kannata palata aiempaan, korkeampaan annokseen.

Kun olet päässyt annoksen laskemisessa alkuun, voit harkita myös lääkityksen lopettamista kokonaan.

Ystävällisin terveisin,