

Til dig som har fået ordineret  
BETMIGA™ (mirabegron)



## **BETMIGA HJÆLPER DIN OVERAKTIVE BLÆRE MED AT SLAPPE AF**

Overaktiv blære er ikke nogen livsfarlig sygdom. Derimod kan en konstant nervøsitet for ikke at kunne nå på toilettet i tide betyde, at selv de mest dagligdags ting virker besværlige og af og til næsten umulige. Sådan behøver det imidlertid ikke at være. Ud over medicin er der flere ting, der kan lette tilværelsen for dig, som lider af overaktiv blære. Vi gennemgår nogle af dem i denne brochure. Du kan også besøge vores hjemmeside [www.blæren.dk](http://www.blæren.dk) for at få mere at vide.

Kontakt din læge eller spørg apotekspersonalet, hvis der er mere, du vil vide om behandlingen med BETMIGA.

Med venlig hilsen  
Astellas Pharma a/s

## **HVAD ER OVERAKTIV BLÆRE?**

Overaktiv blære er en tilstand, hvor blæremuskulaturen trækker sig oftere sammen, end den burde. Det viser sig på følgende måde:

- Pludselig vandladningstrang, som er svær at kontrollere
- Mange toiletbesøg
- Natlige toiletbesøg
- Inkontinens

Du behøver ikke at have alle symptomer for at få diagnosen overaktiv blære. Det er for eksempel kun en tredjedel af alle patienter med overaktiv blære, som ikke kan holde på vandet.

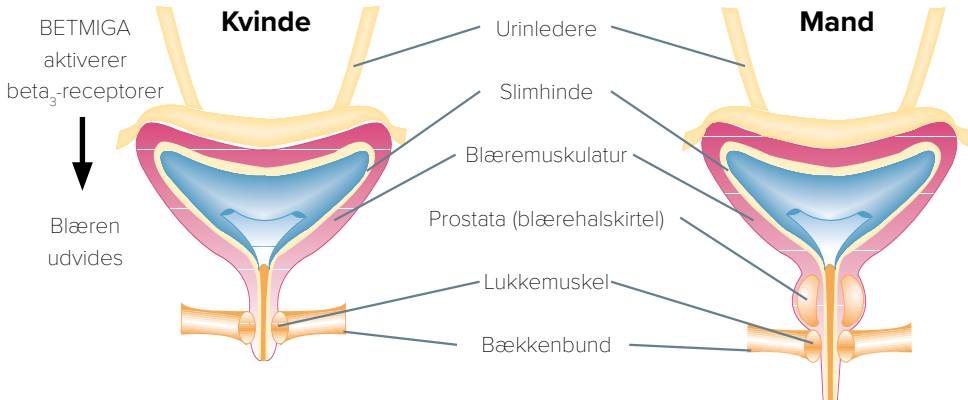
## **HVORDAN FUNGERER BLÆREN?**

Urinblærens opgave er at opsamle urin og tømme den ud, når blæren er fuld. Blærevæggen er elastisk og udvides, efterhånden som blæren fyldes med urin fra nyrerne. Hos en voksen kan blæren rumme omkring 300-500 ml urin.

Ved overgangen fra urinrøret til urinblæren er der to muskler, en indre og en ydre, som slutter til omkring urinrøret. Den indre muskel kan man ikke kontrollere, men den ydre styres af hjernen. Når urinblæren begynder at blive fuld, bliver der sendt signaler til hjernen om, at det er tid til tømning, og man føler trang til at lade vandet. Normalt kan man holde sig til, man får mulighed for at gå på toilettet. Når man så beslutter sig for at tisse, sender hjernen et signal til urinblæren om at trække sig sammen. Den ydre muskel slapper af, og man kan tisse. Derefter lukkes urinrøret igen.

## HVORDAN FUNGERER BETMIGA?

Helt kort kan man sige, at BETMIGA hjælper din overaktive blære med at slappe af. Når blæren slapper af, kan den udvide sig og rumme mere urin end, hvis den er trukket sammen.



## **HVORDAN SKAL JEG TAGE BETMIGA?**

BETMIGA tages **én gang dagligt**, med eller uden mad. Tabletten skal sluges hel og bør tages sammen med et glas vand. For at gøre det lettere at huske at tage din medicin, kan det være en god idé at prøve at tage tabletten på samme tidspunkt hver dag. Bemærk, at du altid skal følge din læges anbefalinger om behandling med BETMIGA.

## **HVAD GØR JEG, HVIS JEG GLEMMER AT TAGE EN TABLET?**

Tag tabletten snarest muligt, hvis der er mere end seks timer til næste dosis (tablet). Hvis der er mindre end seks timer til næste dosis, skal du springe denne tablet over og derefter fortsætte med at tage BETMIGA som sædvanligt. Bemærk, at du aldrig må tage en dobbelt dosis. Kontakt din læge, hvis du har sprunget mange doser over i træk. Hvis du derimod er kommet til at tage for mange tabletter, skal du straks søge læge eller ringe til giftlinjen (82 12 12 12).

## **HVOR LÆNGE SKAL JEG TAGE BETMIGA?**

BETMIGA kurerer ikke dine problemer, men lindrer dem, så længe du tager din medicin, og det kan være en god idé, at du og din læge vurderer behandlingen efter et stykke tid.

## **KAN JEG TAGE BETMIGA SAMMEN MED MINE ANDRE LÆGEMIDLER?**

Din læge skal sikre, at dine lægemidler ikke påvirker effekten af eventuelle andre lægemidler, du tager. Kontakt din læge eller tal med apotekspersonalet, hvis du har spørgsmål vedrørende dine forskellige lægemidler.

## **HVAD KAN JEG FORVENTE MIG AF MIN BEHANDLING?**

I patientstudier har de fleste, som har fået BETMIGA, oplevet, at de sjældnere:

- får kraftig vandladningstrang
- har brug for at gå på toilettet
- bliver inkontinente
- har brug for at stå op om natten for at gå på toilettet

Når du tager BETMIGA regelmæssigt, kan du forvente en forbedring af dine symptomer. Husk, at det kan tage nogen tid, før du oplever mærkbar effekt, så vær tålmodig. Efter nogle måneder, kan det være en god idé at sammenligne dine symptomer med, hvordan symptomerne var, før du startede behandlingen. Du kan for eksempel føre dagbog over dine symptomer i forbindelse med, at du begynder at tage BETMIGA. Husk også, at du selv kan påvirke dine symptomer ved at tænke på, hvad du spiser og drikker. Spis moderat af madvarer med et højt indhold af sukker, fedt og kolesterol. Vær også forsigtig med stærke krydderier og sødemidler, da de kan irritere blæren.



## **HAR BETMIGA BIVIRKNINGER?**

BETMIGA kan give bivirkninger, men det er svært at sige, hvem der oplever dette. De mest almindelige bivirkninger ved BETMIGA er takykardi (hurtig hjerterytme), urinvejsinfektion, kvalme, obstipation (forstoppelse), diarré, hovedpine og svimmelhed.

Det kan din læge fortælle dig mere om.

## HVAD KAN JEG SELV GØRE?

- Tænk over, hvordan dine symptomer ændrer sig under behandlingen, ved at føre dagbog over dine toiletbesøg og eventuel urininkontinens.
- Undgå eller nedsæt forbruget af drikkevarer med kulsyre og koffein.
- Drik tilpas meget. Normalt skal man drikke omkring 1,5 liter i døgnet.
- Undgå at drikke meget om aftenen, så er der mindre risiko for, at du skal på toilettet om natten.
- Knib sammen! Bækkenbundstræning er en vigtig del af behandlingen mod overaktiv blære. Bed din sygeplejerske eller fysioterapeut om at instruere dig i, hvordan du gør. Du kan også hente brochuren "Blære- og bækkenbundstræning" på [www.blæren.dk](http://www.blæren.dk).

Læs indlægssedlen for BETMIGA, hvis du vil have mere at vide om lægemidlet.

Tips og råd om overaktiv blære: [www.blæren.dk](http://www.blæren.dk)

## UDFYLD TABELLEN


På næste side kan du udfylde og følge med i, hvordan dine symptomer ændrer sig under behandlingen. Skriv f.eks. T (= toilet) K (kraftig, pludselig vandladningstrang) og U (= ufrivillig vandladning). Du kan f.eks. udfylde første uge og sidste uge inden dit næste besøg hos lægen/sygeplejersken.

_____ Uge	Dag											Aften/nat												
🕒	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5
Må		T		T		K	U	T			T	K		T		K		T					T	
Ti		T		T			K	T		T	K		U		K		T		T		T			
On			T		T	K		U	T		T		T		K		K		T			T		

Instruktion til tabellen: **T**=Toiletbesøg **K** = Kraftig og pludselig vandladningstrang **U** = Ufrivillig vandladning

\_\_\_\_\_ Uge

Dag


	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Ma												
Ti												
On												
Tors												
Fre												
Lør												
Søn												

Aften/nat

18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5

\_\_\_\_\_ Uge

Dag


	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Ma												
Ti												
On												
Tors												
Fre												
Lør												
Søn												

Aften/nat

18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5

\_\_\_\_\_ Uge

Dag

	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Ma												
Ti												
On												
Tors												
Fre												
Lør												
Søn												



Aften/nat

18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5

## SPØRGSMÅL TIL DIN LÆGE

---

---

---

---

---

---

---

---

## NÆSTE BESØGSTID

Dato

Tid

---

Dato

Tid

---

Dato

Tid

---

Dato

Tid

---

Dato

Tid

---

Dato

Tid

---

Dato

Tid

---



Astellas Pharma a/s | Arne Jacobsens Allé 15 | 2300 København S  
Telefon 4343 0355 | Fax 4343 2224 | [www.astellas.dk](http://www.astellas.dk)