



## Welke mogelijke bijwerkingen kan Valium® geven?

Veel mensen voelen zich in het begin suf en slaperig. U kan ook tijdelijk last hebben van geheugen- of concentratieproblemen en spierzwakte. Deze bijwerkingen zijn van korte duur omdat Valium® elke dag afgebouwd wordt. Bij sufheid en slaperigheid hebt u een groter risico om te vallen. Vooral ouderen of mensen die nog andere (bloeddrukverlagende) medicatie nemen, zijn hiervoor extra gevoelig. U kan dit vermijden door bij het opstaan langzaam recht te komen. Neem hier voldoende tijd voor! Ervaart u andere neveneffecten kan u dit steeds melden.

## Vragen?

In het Sint-Franciscusziekenhuis hechten wij veel belang aan veiligheid en communicatie. Wanneer u vragen heeft over uw medicatie of andere producten, bespreekt u dit best met uw arts.

## Contactgegevens:

### Afdelingspsychiaters

Dr. Sven Estercam  
Dr. Gert Neirinck  
Dr. Eva Vansummeren

### Hoofdverpleegkundige

Kristof Vandingenen  
Tel.: 011 71 57 06

### Algemene contactgegevens PAAZ

Tel.: 011 71 57 00  
Fax: 011 71 56 77

Publicatie: Maart 2019, team PAAZs  
Sint-Franciscusziekenhuis  
P. Paquaylaan 129 - 3550 Heusden-Zolder  
Tel.: 011 71 50 00 - Fax.: 011 71 50 01 - [www.sfz.be](http://www.sfz.be)



## Valium® afbouwschema

## Waarom is een Valium® afbouw-schema nodig?

Om de ontwenningsverschijnselen van alcohol, medicatie en/of bepaalde drugs op te vangen, kan uw arts een Valium® afbouwschema voorschrijven. Dit is een standaardschema dat begint met 4 tabletten Valium 10mg® per dag waarbij een afbouw met 5mg per dag gebeurt om verslaving aan Valium® zelf te vermijden. Valium® bevat de werkzame stof diazepam, een kalmeermiddel dat ervoor zorgt dat de meest voorkomende tekens van ontwenning, zoals zweten, beven, hoge hartslag en bloeddruk, verwardheid, ... onderdrukt worden. Het is belangrijk om deze ontwenningstekens onder controle te houden omdat het plots stoppen van alcohol- of medicatiegebruik, ontwenningsepilepsie kan uitlokken. In het kader van uw eigen veiligheid is het dus NOODZAKELIJK dat u het schema correct opvolgt.

## Welke regels zijn aan het Valium® afbouwschema Verbonden?

Vanaf het moment dat u geen valium meer nodig heeft, mag u toestemming vragen voor een korte verblijfsonderbreking (KVO) aan uw behandelende psychiater. Het is belangrijk dat de ontwenning onder permanente begeleiding van de verpleegkundigen en toezicht van uw arts gebeurt. Dit is nodig omwille van het risico op ontwenningsepilepsie en mogelijke neveneffecten van Valium® zelf. Valium® veroorzaakt vaak vermoeidheid, slaperigheid en spierzwakte waardoor vooral voor ouderen meer risico krijgen om te vallen. Vanaf het moment dat u geen Valium® meer nodig heeft, mag u in overleg de afdeling verlaten tijdens de bezoeken.

## Hoe werkt het valium® afbouwschema?

U begint de eerste dag met het nemen van 4 x 10mg Valium®, verspreid over de dag. Iedere dag wordt er met 5mg afgebouwd.

Naast Valium® heeft uw arts u ook Befact Forte® voorgeschreven. Dit is een combinatie van vitamines B1, B2, B6 en B12. Het veelvuldig gebruik van alcohol zorgt voor een algemeen vitamine-B tekort in het lichaam. Befact Forte® zorgt ervoor dat dit tekort weer aangevuld wordt en verminderd het risico op onder andere verwardheid en zenuw-aantasting.

## Is het normaal dat ik ondanks het Valium® afbouwschema nog last heb van ontwenning?

Tijdens het ontwennen kan u last krijgen van verschillende ontwenningsverschijnselen. Dit gaat onder andere over bevende handen, hoofdpijn, misselijkheid, diarree, zweten, verhoogde hartslag, een rusteloos gevoel, prikkelbaarheid of slaapstoornissen. Meestal gaat een ontwenning gepaard met een sterke drang naar het gebruiken van alcohol/drugs/medicatie om deze onaangename gevoelens te onderdrukken, dit noemt men 'craving' of zuchtigheid. Tijdens uw ontwenning bevragen de verpleegkundigen regelmatig hoe u zich voelt en of u drang heeft. Deze drang is normaal en het is in het kader van uw behandeling. Het is belangrijk dat u hier eerlijk over bent.

Wanneer u te veel hinder ondervindt, kan u dit zelf steeds melden en bespreken. Wanneer u Valium® neemt, worden deze ontwenningsverschijnselen gedeeltelijk onderdrukt. Dit betekent dat u nog last kan ondervinden; welke symptomen u ervaart en hoe sterk deze aanwezig zijn, is afhankelijk van de hoeveelheid en de duur van alcohol/medicatie die u gebruikte. Bovendien zijn er verschillen van persoon tot persoon.

Uw bloeddruk wordt een vier tal keer per dag opgevolgd. Indien deze hoog blijft, kan uw arts beslissen om de dosis Valium® aan te passen. Het is van belang om te weten dat Valium® enkel bijgegeven wordt om veilig te ontwennen en niet om u volledig te verdoven. Wanneer u te suf bent, kan besloten worden om de dosis te verlagen.

Tijdens de eerste dagen van uw ontwenning wordt niet van u verwacht dat u deelneemt aan de groepsessies, hierdoor kan u meer rust nemen. Na de lichamelijke ontwenningsperiode is het noodzakelijk om deel te nemen aan de activiteiten op de afdeling. Deze routine is belangrijk zodat uw dag- en nachtritme zich weer herstelt. Hierdoor zullen slaapproblemen zich op termijn vaak vanzelf oplossen.