

Till dig som fått Lynkuet



▼ Detta läkemedel är föremål för utökad övervakning. Detta gör det möjligt att snabbt identifiera ny säkerhetsinformation. Du kan hjälpa till genom att rapportera de biverkningar du får. Se informationen i bipacksedeln och på Läkemedelsverkets webbplats om hur du rapporterar biverkningar.

 **Lynkuet**[®]
elinzanetant

Innehåll

Du har fått Lynkuet förskrivet av din läkare. Tillsammans har ni kommit fram till att detta kan vara en lämplig behandling för dina vasomotoriska symtom, som värmevallningar och nattsvettningar. Dessa symtom kan uppstå när du går igenom klimakteriet eller får hormonbehandling vid bröstcancer.

I denna broschyr får du information om

Vad klimakteriet och dess symtom handlar om.....	4
Information om Lynkuet.....	5
Hur du tar Lynkuet	6
Att beakta innan behandlingen påbörjas	6
Hur du följer upp dina symtom	8
De vanligaste biverkningarna	11
Om klimakteriesymtom och levnadsvanor	12

I denna broschyr får du råd och ytterligare information om användningen av Lynkuet. Läs noga igenom bipacksedeln innan du påbörjar behandling.



Klimakteriet och dess symtom - vad handlar det om?

Klimakteriet är en period i livet då kroppens hormonnivåer gradvis förändras. Förändringarna börjar i äggstockarna, där kroppens ägg och hormoner bildas.

Under denna livsfas minskar produktionen av de hormoner som reglerar menscykeln - östrogen och gulkroppshormon (progesteron). När hormonnivåerna sjunker blir mensen till en början oregelbunden tills den så småningom upphör helt. Det markerar slutet på kvinnans fertila period i livet. Menopaus betyder den sista naturliga menstruationen. Menstruationen kan anses ha upphört och menopaus kan därmed konstateras när menstruationen har uteblivit i 12 månader.

Klimakteriet börjar vanligen i åldern 45-55 år, men ibland även tidigare. Klimakteriesymtomen börjar ofta redan före menopausen, och 70-80 % av kvinnor i klimakterieåldern upplever symtom.

Östrogen är ett viktigt hormon för många av kroppens funktioner. Sjunkande östrogennivåer kan till exempel ge värmevallningar, det vill säga plötsliga känslor av värme eller hetta typiskt i ansiktet, på halsen och bröstkorgen, svettningar under dagen och natten, sömnproblem, nedsatt sexlust, viktökning, humörsvängningar, minnesstörningar, torra slemhinnor i slidan samt led- och muskelsmärter. Värmevallningar och nattsvevningar kallas även vasomotoriska symtom.

Vasomotoriska symtom kan också förekomma i samband med vissa hormonbehandlingar för bröstcancer. Dessa hormonella tillägg för bröstcancer syftar till att förhindra östrogenets funktion eller bildning för att minska risken återfall och spridning av bröstcancer. Därför liknar biverkningarna av behandlingarna vissa klimakteriesymtom.

Information om Lynkuet

Vad används Lynkuet för?

Lynkuet används för att behandla måttliga till svåra värmevallningar och svettningar (vasomotoriska symtom):

- ♦ förknippade med klimakteriet
- ♦ orsakade av så kallad adjuvant endokrin behandling för bröstcancer. Sådan behandling består av hormonsänkande läkemedel (t.ex. tamoxifen och anastrozol) som förhindrar att cancer kommer tillbaka efter cancerbehandling.

Hur Lynkuet fungerar?

Den aktiva substansen i Lynkuet, elin Janetant, verkar genom att blockera aktiviteten hos vissa nervceller i hjärnan (så kallade kisspeptin-/neurokinin B-/dynorfin-neuron) som bidrar till regleringen av kroppstemperaturen och sömnen. Genom att blockera dessa nervceller bidrar Lynkuet till att kontrollera värmevallningar och nattliga svettningar.

Hur ska Lynkuet tas

För att säkerställa att ditt läkemedel fungerar som avsett är det viktigt att följa anvisningarna från hälso- och sjukvårdspersonalen.



- ◆ Ta två kapslar (en dos) av detta läkemedel varje kväll vid sänggående.
(Din läkare kan ordinera en lägre dos på grund av andra sjukdomar eller läkemedel du har. Följ alltid den dos som din läkare har ordinerat.)
- ◆ Svälj kapslarna hela med ett glas vatten. Kapselinnehållet är oljeartat, så kapslarna kan inte delas, tuggas eller krossas.

Annat att beakta

- ◆ Om du glömmer att ta en dos vid sänggående ska du ta nästa dos som planerat nästa dag. Ta inte dubbel dos för att kompensera för glömd dos.
- ◆ Om du tar för stor mängd av Lynkuet kan risken för biverkningar och deras svårighetsgrad öka. Tala med läkare eller apotekspersonal om du har tagit för stor mängd av detta läkemedel.
- ◆ Sluta inte att ta Lynkuet om inte läkaren säger åt dig att göra det. Om du vill sluta att ta detta läkemedel innan behandlingen är avslutad, ska du först tala med läkare.

Lynkuet är förpackad i blisterförpackning.



Att tänka på innan du påbörjar behandling

Vad du behöver veta innan du tar Lynkuet

- ◆ Använd inte Lynkuet om du är allergisk mot den aktiva substansen elinzanetant eller något annat innehållsämne.*
- ◆ Ta inte Lynkuet om du är eller misstänker att du är gravid. Om du kan bli gravid måste du använda en effektiv preventivmetod under behandlingen. Fråga din läkare vilken preventivmetod som passar dig bäst.
- ◆ Vissa läkemedel och naturprodukter kan påverka hur Lynkuet fungerar, och Lynkuet kan påverka hur andra läkemedel fungerar. Diskutera med läkare eller apotekspersonal om du använder andra läkemedel eller kosttillskott. Nämn också om du använder hormonbehandling som innehåller östrogen.*
- ◆ Ät inte grapefrukt eller drick grapefruktjuice under behandling med Lynkuet då det kan fördröja elimineringen av detta läkemedel från kroppen, vilket kan öka risken för biverkningar.
- ◆ Var försiktig när du kör bil eller använder maskiner om du känner dig trött eller sömning under behandling med Lynkuet.
- ◆ Observera att Lynkuet innehåller sorbitol. Sorbitol kan påverka effekten av andra läkemedel som tas via munnen om de tas samtidigt.

*Se närmare information om innehållsämnen i Lynkuet samt interaktioner med andra läkemedel i bipacksedeln.

Följ upp dina symtom

Innan användning av Lynkuet:

Ringa in det symtom nedan som du har upplevt som mest störande. Du kan också komplettera listan över symtom.



Värmevallningar



Sömnstörningar



Nattsveptningar



Humörsvägningar

Annat symtom

Efter påbörjad behandling med Lynkuet:

Nedan finns en tabell för uppföljning av symtomens förekomst. På raderna med sex ikoner kan du färglägga ikoner motsvarande intensiteten av dina symtom. Om du inte har observerat några symtom behöver du inte färglägga några ikoner. På raderna med två ikoner kan du färglägga den ikon som motsvarar symtomets utveckling.

Vecka	Mer eller mindre värmevallningar	Värmevallningarnas och svettningarnas intensitet	Sömnbesvärens påverkan	Sinnesstämning	Symtomens inverkan på dagliga aktiviteter
1	▽△	○○○○	ZZZZZZ	😊😞	▽△
2	▽△	○○○○	ZZZZZZ	😊😞	▽△
3	▽△	○○○○	ZZZZZZ	😊😞	▽△
4	▽△	○○○○	ZZZZZZ	😊😞	▽△
5	▽△	○○○○	ZZZZZZ	😊😞	▽△
6	▽△	○○○○	ZZZZZZ	😊😞	▽△



Vilka är de vanligaste biverkningarna?

Liksom alla läkemedel kan Lynkuet orsaka biverkningar, men alla behöver inte få dem. Berätta för sjukvårdspersonalen om du upptäcker eventuella biverkningar av behandlingen eller om du har andra bekymmer relaterade till din behandling. Berätta också om sådana biverkningar som inte nämns i denna patienthandledning.

Om du använder Lynkuet för behandling av klimakteriesymtom:

≤10%

Vanliga

(kan förekomma hos upp till 1 av 10 användare)

- ♦ magsmärtor
- ♦ diarré
- ♦ yrsel
- ♦ trötthet
- ♦ huvudvärk
- ♦ muskelspasmer
- ♦ hudutslag
- ♦ sömnhet.

Om du använder Lynkuet för behandling av symtom orsakade av adjuvant endokrin behandling för bröstcancer:

>10%

Mycket vanliga

(kan förekomma hos fler än 1 av 10 användare)

- ♦ trötthet.

≤10%

Vanliga

(kan förekomma hos upp till 1 av 10 användare)

- ♦ depression, nedstämdhet
- ♦ diarré
- ♦ ökade nivåer av vissa leverenzymmer (ALAT)
- ♦ yrsel
- ♦ håravfall
- ♦ muskelspasmer
- ♦ sömnhet
- ♦ snurrande känsla.

För mer information om biverkningar i samband med användning av Lynkuet, se bipacksedeln.



Klimakteriesymtom och levnadsvanor

Under klimakteriet spelar även levnadsvanorna en betydande roll för hanteringen av symtomen och för att stödja välbefinnandet. Livsstilsförändringar kan bidra till att lindra klimakteriesymtom också i kombination med läkemedelsbehandling.

Fysisk aktivitet är bra. Det hjälper om du har jobbiga svängningar i humöret, om du känner dig nedstämd eller har svårt att sova. Det minskar också värmevallningar och svettningar. Fysisk aktivitet är även bra för välbefinnandet, skelettet, hjärtat, blodkärlen och för att undvika att fettett runt midjan ökar. Du ska helst få upp pulsen och bli svettig. Styrketräning minskar klimakteriebesvären tydligt och gör också att du behåller styrkan i musklerna eller ökar styrkan i musklerna. Styrketräning är även bra för skelettet och motverkar benskörhet och risken för att få frakturer.

Avslappningsövningar kan minska besvären med värmevallningar och svettningar. Försök att varva ner innan du går och lägger dig. Ha gärna lite svalare i sovrummet för att slippa värmevallningar på natten.

Drick mindre mängder av kaffe, te och alkohol. Dryckerna kan göra att värmevallningar och svettningar blir värre. Alkohol gör att du sover sämre.

Läs mer om klimakteriet, symtom och behandlingsalternativ på webbplatsen: www.mittklimakterie.se



www.mittklimakterie.se

En trygg och modern guide genom klimakteriet



Mittklimakterie.se är en kunskapsrik och välkomnande webbplats för dig som befinner dig i – eller vill lära dig mer om – klimakteriet. Här beskrivs klimakteriet inte som ett problem, utan som en naturlig livsfas som kan se väldigt olika ut från kvinna till kvinna. Webbplatsen samlar evidensbaserad och medicinskt granskad information, framtagna av ett medicinskt team bestående av läkare och barnmorskor, med målet att ge trygghet, igenkänning och vägledning.

Här får läsaren en tydlig introduktion till vad klimakteriet är, när det brukar börja och vilka olika faser det består av – från de första hormonella förändringarna till tiden efter den sista menssen. Allt presenteras pedagogiskt och lättillgängligt, utan att förenkla bort det viktiga.

Symtom – mer än bara värmevallningar

På Mittklimakterie.se får läsaren också en bred och nyanserad bild av klimakteriesymtom. Här lyfts både fysiska och psykiska besvär, till exempel värmevallningar, sömnsvårigheter, humörsvängningar, psykiskt mående och kroppsförändringar. Tonen är igenkännande och avdramatiserande – du är inte ensam, och det du upplever är vanligt.

För den som är osäker på om symtomen hänger ihop med klimakteriet erbjuds även ett självtest (MRS – Menopause Rating Scale). Testet ger en översikt av hur symtomen påverkar både kropp och sinne och kan fungera som ett första steg mot ökad förståelse och rätt stöd.

Kunskap som följer med på resan

Mittklimakterie.se är inte bara en faktasida, utan fungerar som en följeslagare genom en period av förändring. Besökaren uppmuntras att fördjupa sig, reflektera kring sina egna upplevelser och hålla sig uppdaterad genom nyhetsbrev med aktuell forskning, expertråd och praktiska tips.

Sammanfattningsvis är Mittklimakterie.se en trygg, seriös och samtidigt varm kunskapsplattform som vill stärka kvinnor genom kunskap. Sidan väcker nyfikenhet, inger hopp och visar att klimakteriet kan förstås, hanteras – och till och med bli en period av ökad självinsikt. En självklar startpunkt för den som vill veta mer om sin kropp och sitt mående mitt i livet.

Upptäck ditt klimakterie

Klimakteriet kan kännas och upplevas på många olika sätt. På **mittklimakterie.se** har vi samlat evidensbaserad kunskap, som är medicinskt granskad av läkare, apotekare och barnmorskor. För dig som är mitt i, kanske osäker på, eller bara vill ta reda på mer om klimakteriet.

Besök **mittklimakterie.se** för fördjupad och matnyttig information som kan vara till hjälp under din klimakterieresan.



Bayers avdelning för medicinsk information hjälper dig
med frågor om Bayers produkter.
medinfo.scand@bayer.com



Detta läkemedel är föremål för utökad övervakning.



Bayer AB
Box 606, 169 26 Solna
Tel. 08 - 580 223 00
www.bayer.se