



# МЕТАДОНОВАЯ ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ НЫНЕШНИХ  
И БУДУЩИХ ПАЦИЕНТОВ



**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development

Благодарим Лийну Куускмяэ и Сигне Ротберга.

Материал разработан на средства международного проекта УНП ООН «Профилактика ВИЧ/СПИДа и уход среди потребителей инъекционных наркотиков и в тюрьмах в Эстонии».

Издатель: Институт Развития Здоровья

Таллинн 2011



**UNODC**

Управление Организации Объединенных Наций  
по наркотикам и преступности

## ОГЛАВЛЕНИЕ

- 4 Опиоидная зависимость
- 5 Что такое метадон?
- 5 Что такое метадоновая заместительная терапия?
- 6 Как действует метадоновая заместительная терапия?
- 7 Эффективна ли метадоновая заместительная терапия?
- 8 Буду ли я испытывать „кайф“ и чувство эйфории во время метадоновой заместительной терапии?
- 9 Имеет ли метадон побочные эффекты?
- 10 Наносит ли метадон вред организму?
- 10 Вызывает ли метадон зависимость?
- 11 Это правда, что от употребления метадона отказаться сложнее, чем от употребления фентанила или героина?
- 12 Как долго мне надо ходить на метадоновое лечение?
- 13 Что случится, если во время моего лечения метадоном я попаду в тюрьму или арестный дом?
- 13 Можно ли получить передозировку метадона?
- 14 Как метадоновая заместительная терапия может защитить от ВИЧ-инфекции?
- 15 Могу ли я получать метадоновую заместительную терапию, если у меня ВИЧ-инфекция?
- 15 Взаимодействует ли метадон с антиретровирусными препаратами (которые назначаются ВИЧ-позитивным пациентам)?
- 16 Подходит ли метадоновая заместительная терапия беременным?
- 17 Что тебе нужно запомнить из все этого?
- 18 Мифы

## ОПИОИДНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Опиоидная зависимость – это болезнь. От нее невозможно окончательно избавиться, но ее можно держать под контролем при помощи лекарств, консультаций, а также при поддержке семьи и друзей. В противоположность распространенному мнению, зависимость – это не признак слабости, и для избавления от зависимости недостаточно быть просто «сильным».

Когда ты колешь наркотики, то подвергаешь себя опасности заражения ВИЧ-инфекцией, гепатитами и заболеваниями сердечными (например, эндокардит) и другими болезнями. Из-за употребления наркотиков ты вступаешь в конфликт с законом, и твои отношения с близкими людьми также могут прерваться. Если ты читаешь этот материал, то, наверное, знаешь, что существует лечение, которое поможет тебе начать контролировать свою жизнь. Таким лечением является метадонная заместительная терапия, она поможет тебе прекратить употребление фентанила («белого китайца»), героина или других нелегальных опиоидов. Лечение также поможет тебе избежать синдрома отмены («ломки») и держать свою зависимость под контролем.



## ЧТО ТАКОЕ МЕТАДОН?

Метадон – это синтетическое болеутоляющее наркотическое вещество длительного действия, входящее в группу опиоидов. Метадон по своему химическому составу похож на фентанил, героин, морфий и кодеин. Метадон (0,1%-ный раствор метадон-гидрохлорида) является лекарственным средством, признанным в различных странах, и используется для лечения опиоидной зависимости.



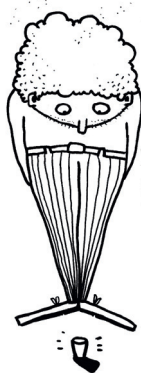
Достаточная доза метадона блокирует ощущение «кайфа», которое испытывают наркозависимые, употребляющие фентанил или героин. Метадон блокирует синдром отмены («ломку») и в некоторой степени снижает тягу к наркотикам, позволяя вернуться к нормальному образу жизни. Метадон ежедневно употребляют сотни тысяч человек во всем мире, которым метадонная заместительная терапия помогает жить насыщенной жизнью. Многим это позволяет удержаться на ответственных рабочих местах и быть отличными родителями.

## ЧТО ТАКОЕ МЕТАДОНОВАЯ ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ?

При заместительной терапии человека с опиоидной зависимостью переводят с употребления нелегальных опиоидов на лечебный препарат метадон. При метадонной заместительной терапии пациент с опиоидной зависимостью употребляет метадон ежедневно под присмотром специалистов. В Эстонии метадон применяется в жидком виде, обычно его принимают один раз в день через рот.

## КАК ДЕЙСТВУЕТ МЕТАДОНОВАЯ ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ?

Для того, чтобы начать метадоновую заместительную терапию, обратиться в учреждение здравоохранения, которое предлагает такое лечение\*. Как правило, метадоновую заместительную терапию назначает психиатр, который диагностирует опиоидную зависимость. В начале лечения основной целью является смягчение «ломки» и снижение тяги с фентанилу или героину, а также подбор подходящей дозы метадона, которая в первые дни составляет 20-40 мг. Доза лекарства постепенно увеличивается до тех пор, пока не будет найдена доза, которая подходит именно тебе. В первую неделю врачи воздерживаются от назначения больших доз метадона, чтобы избежать опасности передозировки (может произойти остановка дыхания). Пациенты должны ежедневно посещать учреждение здравоохранения, т.к. метадон необходимо принимать под наблюдением медицинского работника. Если ты принимаешь участие в лечении уже на протяжении нескольких месяцев, и тебе удалось достичь физической и социальной стабильности, в исключительных случаях тебе могут выдать лекарственный препарат на пару дней на дом, однако каждый случай оценивается группой врачей, ответственных за лечение, отдельно.



*\* Если ты не знаешь, где можно получить метадоновую заместительную терапию, загляни на страничку [www.narko.ee](http://www.narko.ee) или обратись, например, в пункт обмена шприцев или другие организации, предлагающие услуги зависимым.*

Метадон помогает бороться с опиоидной зависимостью тремя способами:

1. Метадон помогает прекратить употребление нелегальных опиоидов, стабилизируя твоё состояние здоровья. Другими словами, ты перестаёшь употреблять фентанил, героин или другие опиоиды, при этом у тебя нет «ломки».

2. Метадон помогает справиться с потребностью в «кайфе». Тебе больше не надо будет каждый день доставать себе дозу наркотика.
3. Метадон блокирует/тормозит действие фентанила и героина. Если ты во время метадоновой заместительной терапии употребляешь нелегальные наркотики, то тебе будет нелегко достичь состояния «кайфа». Помни, что смешивая метадон с нелегальными наркотиками, алкоголем и бензодиазепинами, ты увеличиваешь свой риск передозировки.

## **ЭФФЕКТИВНА ЛИ МЕТАДОНОВАЯ ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ?**

Да! Метадоновая заместительная терапия очень эффективна при опиоидной зависимости. Большинство зависимых, получающих метадоновую заместительную терапию, в состоянии прекратить употребление фентанила или героина. Эффективность метадоновой заместительной терапии повышается также за счет того, что лечение включает в себя не только прием лекарства. Большинство учреждений здравоохранения предлагают пациентам метадоновой заместительной терапии психологическую и социальную поддержку, а также консультирование по различным социальным вопросам и проблемам со здоровьем.



Метадоновая заместительная терапия помогает даже тем, кто не в состоянии сразу и полностью отказаться от нелегальных наркотиков – употребление метадона помогает снизить дозы фентанила и героина и научиться вновь контролировать свою жизнь. А это первый шаг к выздоровлению.

## **БУДУ ЛИ Я ИСПЫТЫВАТЬ „КАЙФ“ И ЧУВСТВО ЭЙФОРИИ ВО ВРЕМЯ МЕТАДОНОВОЙ ЗАМЕСТИТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИИ?**

Люди, принимающие участие в метадоновой заместительной терапии и употребляющие определенную дозу метадона ежедневно, не испытывают «кайфа» и других эффектов опиоидов (например, эйфории или сонливости). В самом начале лечения ты можешь ощущать сонливость или чувство опьянения, но только до тех пор, пока врач не подберет для тебя подходящую дозу. С того момента, когда вы вместе с врачом определите подходящую именно для тебя ежедневную дозу лекарственного препарата, у тебя больше не возникнет чувства опьянения или нарушения координации движений, и сознание также будет оставаться ясным.



## ИМЕЕТ ЛИ МЕТАДОН ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ?

Любое лекарственное средство, в том числе и метадон, имеет побочные эффекты. В начале лечения возможными побочными эффектами являются запоры и высокое потоотделение. У большинства пациентов эти симптомы со временем проходят сами по себе. После начала метадоновой заместительной терапии состояние здоровья пациента, как правило, улучшается, а иммунитет укрепляется.

Поскольку метадон сам по себе кислый, перед употреблением лекарства желательно поесть, чтобы не нанести вреда желудку, а также избежать тошноты и рвоты. Кроме того, к употреблению метадона с осторожностью должны относиться пациенты, которые имеют проблемы с дыханием, т.к. метадон может спровоцировать приступ астмы. Как и другие опиоиды, метадон может вызвать снижение давления.

Если у тебя диагностирован активный гепатит С, врач-инфекционист назначит тебе лечение интерфероном приблизительно на полгода. В большинстве случаев вирусный гепатит С лечится. Лечение от гепатита С можно проводить одновременно с метадоновой заместительной терапией, однако по причине взаимодействия лекарственных средств может понадобиться снижение дозы метадона. После окончания лечения от гепатита С врачи рекомендуют продолжать метадоновую заместительную терапию. По всем вопросам тебя может проконсультировать либо психиатр, либо врач-инфекционист.



## НАНОСИТ ЛИ МЕТАДОН ВРЕД ОРГАНИЗМУ?

Есть пациенты, которые употребляют метадон уже более 30 лет. Нет доказательств того, что метадон нанес какой-либо вред их здоровью. Некоторые пациенты жалуются на побочные эффекты метадона, однако они исчезают со временем или после изменения дозы.

Метадон не оседает в костях и не наносит им какой-либо иной вред. Боль в руках и ногах может быть вызвана симптомами синдрома отмены, а это свидетельствует о том, что тебе была назначена слишком маленькая доза метадона.

Метадоновый раствор, который используется в Эстонии, не содержит вредный для зубов сахар. Метадон, как и все другие опиоиды, может снизить слюноотделение. Поэтому нужно очень внимательно относиться к своим зубам, регулярно чистить их, использовать жевательную резинку и посещать стоматолога.

## ВЫЗЫВАЕТ ЛИ МЕТАДОН ЗАВИСИМОСТЬ?

Метадон назначается только людям с опиоидной зависимостью (употребляющим, например, фентанил, героин, морфий). Метадон тоже входит в группу опиоидов. Таким образом, употребление метадона не вызывает новую зависимость, однако опиоидная зависимость остается. До тех пор, пока ты употребляешь метадон, ты будешь чувствовать очень мало или совсем не чувствовать симптомов зависимости (например, неконтролируемая тяга, «ломка»). Когда у тебя появится вера в свои силы, и ты сделаешь первые шаги к новой жизни, свободной от фентанила и героина, то можешь задуматься об окончании употребления метадона и использовании других методов лечения.

## **ЭТО ПРАВДА, ЧТО ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ МЕТАДОНА ОТКАЗАТЬСЯ СЛОЖНЕЕ, ЧЕМ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ФЕНТАНИЛА ИЛИ ГЕРОИНА?**

Метадон медленно выводится из организма, и в связи с этим симптомы синдрома отмены после окончания употребления метадона могут длиться две недели и даже дольше, хотя чаще всего они протекают более мягко, чем после окончания употребления фентанила или героина. Если ты планируешь закончить метадоновую заместительную терапию, рекомендуем постепенно снижать дозу метадона до 30 миллиграмм. Если последний этап снижения дозы метадона проходит слишком тяжело, рекомендуем пройти окончание терапии в больнице под присмотром врачей. Даже после исчезновения симптомов синдрома отмены на протяжении нескольких недель или даже месяцев у пациента могут сохраняться некоторые неприятные симптомы, например, бессонница и тяга к препарату. Рекомендуем проконсультироваться с врачом и сознательно начать лечение бессонницы транквилизаторами, обсудить с врачом возможность применения налтрексоновой терапии или необходимость в консультационных услугах.

## КАК ДОЛГО МНЕ НАДО ХОДИТЬ НА МЕТАДОНОВОЕ ЛЕЧЕНИЕ?

Нельзя заранее прогнозировать длительность метадоновой заместительной терапии. Это зависит от стажа употребления фентанила или героина, психологического состояния и состояния здоровья человека, а также от социальной ситуации. Для того, чтобы изменить свою жизнь, необходимо много времени и стабильности. Именно по этим причинам после определения стабильной дозы препарата рекомендуется продолжать лечение как минимум в течение 12 месяцев, или даже на протяжении 2-4 лет. Также вполне обычной является ситуация, когда пациенты решают проходить метадоновую заместительную терапию в течение неопределенного периода. Не стоит торопиться с окончанием лечения, т.к. опыт показывает, что те пациенты, которые заканчивают лечение слишком быстро, часто вновь возвращаются к употреблению наркотиков.



## ЧТО СЛУЧИТСЯ, ЕСЛИ ВО ВРЕМЯ МОЕГО ЛЕЧЕНИЯ МЕТАДОНОМ Я ПОПАДУ В ТЮРЬМУ ИЛИ АРЕСТНЫЙ ДОМ?

В некоторых арестных домах существует возможность продолжения метадоновой заместительной терапии, поэтому сразу же сообщи медперсоналу арестного дома о том, в каком учреждении здравоохранения ты проходишь лечение метадоном, чтобы они могли сделать необходимые приготовления для продолжения твоего лечения в арестном доме. На сегодняшний день все тюрьмы в Эстонии предоставляют возможность для продолжения участия в метадоновой заместительной терапии.



## МОЖНО ЛИ ПОЛУЧИТЬ ПЕРЕДОЗИРОВКУ МЕТАДОНА?

Для того, чтобы избежать передозировки, лечение метадоном начинается с небольшой дозы, и постепенно её увеличивают. Однако, если одновременно с метадоном ты также употребляешь нелегальные наркотики, алкоголь или транквилизаторы, то это всё-таки может произойти.



### Признаки передозировки:

- тошнота и рвота
- чувство слабости, головокружение или растерянность
- мутное зрение
- зрачки размером с игольное ушко
- нарушения мышления, речи или походки
- затрудненное или поверхностное дыхание
- холодная влажная кожа синеватого оттенка
- нарушения сердечного ритма

***В случае передозировки незамедлительно звони по телефону 112!***

## КАК МЕТАДОНОВАЯ ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ МОЖЕТ ЗАЩИТИТЬ ОТ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ?

Существует два основных пути распространения ВИЧ-инфекции:

- совместное использование грязных игл и других инструментов для инъекции (вода, посуда для смешивания и т.д.)
- незащищенный сексуальный контакт (без презерватива) с зараженным человеком

Если у тебя «ломка» или сильная тяга к фентанилу или героину, то ты быстрее согласишься взять грязный шприц и другие принадлежности для инъекций или заняться сексом без презерватива, т.к. потребность в наркотиках кажется намного важнее, чем стремление защитить себя или своего партнера от ВИЧ-инфекции.

Метадоновая заместительная терапия помогает избавиться от потребности в фентаниле или героине, и наркотики больше не будут казаться тебе более важными, чем твое здоровье. Когда у тебя нет «ломки», то намного проще обдумать свое поведение и защитить себя и других от ВИЧ-инфекции.

Если у тебя ВИЧ-инфекция, то очень важно не использовать одни и те же шприцы вместе с другими зависимыми и не иметь незащищенных половых контактов. Так ты не передашь инфекцию своим партнерам. Это поможет также защитить себя – ты не получишь от своих партнеров повторную ВИЧ-инфекцию или какую-либо другую.

## **МОГУ ЛИ Я ПОЛУЧАТЬ МЕТАДОНОВУЮ ЗАМЕСТИТЕЛЬНУЮ ТЕРАПИЮ, ЕСЛИ У МЕНЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ?**

Метадон абсолютно безопасен для людей с ВИЧ-инфекцией. Исследования показывают, что ВИЧ-положительные зависимые, участвующие в метадоновой заместительной терапии, живут более долгой и здоровой жизнью, чем ВИЧ-положительные зависимые, которые не получают метадонового лечения.

## **ВЗАИМОДЕЙСТВУЕТ ЛИ МЕТАДОН С АНТИРЕТРОВИРУСНЫМИ ПРЕПАРАТАМИ (КОТОРЫЕ НАЗНАЧАЮТСЯ ВИЧ-ПОЗИТИВНЫМ ПАЦИЕНТАМ)?**

Метадон и антиретровирусные препараты можно принимать одновременно. Если ты принимаешь антиретровирусные препараты, врач при необходимости может изменить твою дозу метадона. Поскольку любые лекарственные средства имеют свои побочные эффекты, то необходимо рассказать своему врачу-инфекционисту о том, что ты принимаешь метадон. Также необходимо рассказать психиатру о том, что ты принимаешь антиретровирусные лекарства. Врач-инфекционист и психиатр совместно решат, какие дозы для тебя являются наиболее подходящими. Обязательно расскажи своему врачу о любых возникающих побочных эффектах, жалобах и симптомах.

## ПОДХОДИТ ЛИ МЕТАДОНОВАЯ ЗАМЕСТИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ БЕРЕМЕННЫМ?

Если ты забеременела или планируешь беременность и при этом употребляешь фентанил, героин или другие опиоиды, то обязательно проконсультируйся с врачом. Метадоновая заместительная терапия во время беременности дает возможность родить здорового ребенка. Метадон – это один из лекарственных препаратов для лечения опиоидной зависимости во время беременности.

Если употреблять метадон согласно предписаниям врача, то это позволит плоду безопасно развиваться. Было проведено множество исследований влияния метадона на плод, и ученые пришли к выводу, что он не приводит к нарушениям развития. Употребление метадона во время беременности поможет предотвратить прерывание беременности и преждевременные роды.

Если ты уже получаешь метадоновую заместительную терапию, расскажи врачу о своей беременности, т.к. во время беременности происходят изменения в обмене веществ, и, возможно, нужно будет изменить дозу метадона. Может быть, ее придется увеличить или разделить на несколько частей и принимать небольшими дозами два-три раза в день.

После родов рекомендуется продолжать лечение метадоном и кормить ребенка грудью, за исключением тех случаев, когда одновременно с метадоном ты употребляешь другие лекарства или наркотики или ты ВИЧ-инфицирована. В этом случае грудное молоко надо заменить на специальную смесь.





## ЧТО ТЕБЕ НУЖНО ЗАПОМНИТЬ ИЗ ВСЕ ЭТОГО?

- Опиоидная зависимость – это болезнь, которую можно лечить.
- Метадоновая заместительная терапия поможет тебе прекратить употребление фентанила, героина или других нелегальных опиоидов.
- Метадоновая заместительная терапия поможет тебе защититься от ВИЧ-инфекции, т.к. благодаря заместительному лечению тебе больше не нужно будет колоться.
- Метадон безопасен для людей с ВИЧ-инфекцией.
- Метадон – это одно из лекарственных средств для лечения опиоидной зависимости во время беременности.



## МИФЫ

### МИФ 1

*Метадон вызывает зависимость.*

#### **На самом деле:**

Заместительное лечение метадоном назначается только при сформировавшейся опиоидной зависимости. Метадон – это тоже опиоид, но он не вызывает «кайфа» или чувство эйфории, как при употреблении фентанила или героина. Таким образом, при употреблении метадона в лечебных целях новой зависимости не возникает.

### МИФ 2

*„Ломка“ от метадона более сильная, чем от фентанила или героина.*

#### **На самом деле:**

Синдром отмены метадона, действительно, длится дольше, однако симптомы протекают намного мягче, чем после отмены фентанила или героина.

### МИФ 3

*Метадон оседает в костях и наносит им вред.*

#### **На самом деле:**

Метадон не оседает в костях и не наносит им вреда каким-либо иным образом. Хотя некоторые пациенты жалуются на боль в руках и ногах, она может быть вызвана симптомами синдрома отмены, а это в свою очередь означает, что назначенная пациенту доза метадона является для него слишком маленькой.

## **МИФ 4**

*Метадон наносит вред печени.*

### **На самом деле:**

Для печени намного легче «перерабатывать» метадон, чем многие другие лекарства. Пациенты с гепатитом и другими заболеваниями печени также могут принимать метадон.

## **МИФ 5**

*Метадон вызывает усталость и сонливость.*

### **На самом деле:**

Все люди время от времени чувствуют усталость или сонливость. Получая стабильную и правильно подобранную дозу метадона, пациенты не чувствуют себя хуже обычного.



