

Domperidón, začiatok užívania

Úvod

Domperidón (Motilium, Costi) je liek, ktorý má ako jeden z účinkov zvýšenie tvorby mlieka pravdepodobne zvýšením tvorby prolaktínu. Prolaktín je hormón, ktorý stimuluje bunky v matkinom prsníku k tvorbe mlieka. Domperidón zvyšuje vylučovanie prolaktínu nepriamo tým, že ovplyvňuje účinok dopamínu na periférii. Domperidón sa bežne používa pri liečbe porúch tráviaceho traktu (čreva) a zatiaľ sa nepredáva ako liek na zvýšenie tvorby mlieka. To neznamená, že sa nemôže z tohto dôvodu užívať, ale to, že jeho výrobca si liek nedal zaregistrovať na jeho použitie na zvyšovanie tvorby mlieka. Existujú však viaceré štúdie, ktoré dokazujú, domperidón je účinný na zvyšovanie tvorby mlieka a že je to relatívne bezpečný liek. Mnoho rokov sa používal na liečbu detí, ktoré grckajú alebo majú reflux. Domperidón nie je liek z toho istého typu liečiv ako cisaprid, ktorý stiahli z trhu pretože spôsoboval závažné srdcové problémy. Iné príbuzné staršie liečivo, metoklopramid (Degan, Cerucal), takisto zvyšuje tvorbu mlieka, ale má niektoré vedľajšie účinky, ktoré spôsobujú, že jeho použitie je pre mnohé dojčiacie matky neprijateľné (únava, podráždenosť, depresie). Domperidón má omnoho menej vedľajších účinkov a neprechádza do mozgu (neprechádza hematoencefalickou bariérou).

V júni roku 2004 americký Úrad pre kontrolu liečiv (FDA) vydal varovanie pred používaním domperidónu pre možné vedľajšie kardiologické účinky. Tento nešťastný krok bol podniknutý bez toho, aby sa zvažila skutočnosť, že vedľajšie kardiologické účinky sa vyskytli iba, ak sa liek podával intravenózne pacientom, ktorí boli okrem toho veľmi ťažko chorí. Počas všetkých tých rokov, čo som odporúčal domperidón množstvu matiek, som nezistil žiaden vážny kardiologický vedľajší účinok, ktorý by mohol byť spojený s domperidónom. Mimochodom, FDA nemá mimo USA žiadne právomoci a dokonca aj v USA lekárne s oprávnením na prípravu liečiv, ktoré nie sú regulované FDA, domperidón naďalej poskytujú pacientom.

Podobné informácie sa objavili na celom svete i v Európe. Všetky z nich vychádzajú z dvoch štúdií (jednej z USA a jednej z Holandska), pričom ani jedna z nich neskúmala dojčiacie matky užívajúce domperidón. Obe štúdie skúmali veľký súbor pacientov, ktorí boli dlhodobo vážne chorí, užívali mnohé iné lieky a ich priemerný vek bol 74 rokov.

Kedy je vhodné užívať domperidón?

Domperidón sa nikdy nemá používať ako prvý krok pri náprave ťažkostí s dojčením. Domperidón nie je všeliak. Mal by sa používať výlučne súčasne s riešením ostatných faktorov, ktoré môžu spôsobovať zníženie tvorby mlieka. (Pozri tiež materiál Protokoly na zlepšenie prísunu materského mlieka ako aj videoukážky dojčenia). Čo sa dá urobiť?

1. Využívať čo najviac kontakt koža na kožu s bábätkom počas dojčenia a aj mimo dojčenia. Pozri materiál *Význam kontaktu koža na kožu*.
2. Upraviť prísatie dieťaťa, aby dieťa mohlo čo najlepšie z prsníka získavať mlieko, ktoré je dostupné. Úprava prísatia môže byť úplne postačujúca na to, aby sa zlepšila či už situácia s „nedostatkom mlieka“ alebo s „nadmernou tvorbou mlieka“ (pozri tiež videoukážky dojčenia na našich stránkach).
3. Používajte stláčanie prsníka, aby ste zvýšili príjem mlieka (pozri materiál Stláčanie prsníka). Nedojdite len z jedného prsníka, po tom, čo vyprázdните prsník stláčaním prsníka, ponúknite bábätku aj druhý prsník a prsníky môžete niekoľkokrát vystriedať.
4. Riešte problémy s pitím z prsníka, prestaňte používať umelé náhrady prsníka (pozri materiál Používanie laktačnej pomôcky a Kŕmenie po prste a pohárikom).

Použitie domperidónu na zvýšenie tvorby mlieka

Domperidón funguje pri zvyšovaní tvorby mlieka obzvlášť dobre v týchto situáciách:

- Často sa stáva, že matke, ktorá si odsáva mlieko pre choré alebo predčasne narodené dieťa v nemocnici, sa po 4 - 5 týždňoch od narodenia dieťaťa zníži množstvo mlieka, ktoré je schopná odsat'. Dôvodov, pre ktoré nastáva tento pokles, je pravdepodobne viacero (dojčenie bábätko po pôrode sa udeje neskoro, matke s dieťaťom nie je umožnená skutočná materská starostlivosť kľokankovaním atď.), ale domperidón vo všeobecnosti dokáže opäť zvýšiť tvorbu mlieka alebo dokonca aj viac ako predtým.
- Ak sa matke zníži tvorba mlieka neskôr po pôrode, čo sa napríklad často spája s užívaním antikoncepcie. Počas dojčenia sa vyhnite hormonálnej antikoncepcii obsahujúcej estrogény, ale tiež čisto progesterónovej antikoncepcii, alebo vnútromaternicovým telieskam, ktoré vylučujú progesterón (Mirena). Pozri materiál Pomalé priberanie po počiatocnom dobrom priberaní (štrajk), aby ste vylúčili ďalšie možné príčiny zníženia tvorby mlieka a napravili, čo je možné napraviť.

Domperidón funguje, hoci nie tak okamžite, ak:

- matka odsáva pre choré alebo predčasne narodené dieťa, ale nemá dostatočnú tvorbu mlieka.
- sa matka snaží o dostatočnú tvorbu mlieka pri dojčení adoptovaného dieťaťa.
- sa matka snaží prestať dieťa dokrmovať.

Vedľajšie účinky domperidónu:

Tak ako pri všetkých liekoch je možný výskyt vedľajších účinkov. Pri domperidóne boli nahlásené mnohé nežiaduce účinky (príbalové letáky často uvádzajú všetky vedľajšie účinky, ktoré kedy boli nahlásené, ale nahlásené príznaky nie nevyhnutne súvisia vždy s tým, že daná osoba užíva liek). **Žiaden liek nie je stopercentne bezpečný.** Naše klinické skúsenosti ukazujú, že vedľajšie účinky sa vyskytujú mimoriadne zriedkavo, a vedľajší účinok, ktorý sa prejavuje, je zvyšovanie tvorby mlieka. Medzi nežiaduce účinky, ktoré nám matky nahlásili (mimochodom veľmi zriedkakedy) patria:

- o Bolesti hlavy, ktoré odzneli po pár dňoch alebo po tom, čo sa znížili dávky domperidónu (toto je pravdepodobne najčastejší nežiaduci účinok).
- o Kŕče v bruchu.
- o Sucho v ústach.
- o Zmeny v menštruačnom cykle, väčšinou absencia menštruácie, ale je tiež možné mimomenštruačné krvácanie. Pri dojčení je bežné nemať menštruáciu mnoho mesiacov.
- o Veľmi malé množstvo matiek, ktoré užívali domperidón mnoho mesiacov, väčšinou dlhšie ako rok, uvádzalo po náhlom vysadení domperidónu stavy úzkosti, nespavosť, stratu chuti do jedla a iné príznaky.

Množstvo lieku, ktoré sa dostáva do materského mlieka je také malé, že pri dieťati sa neočakávajú žiadne vedľajšie účinky. Matky nám za tie mnohé roky používania domperidónu nenahlásili žiadne účinky, aspoň nie symptómy, ktoré by sa dali priamo pripísať domperidónu. Je zrejme, že množstvá, ktoré dostáva dieťa

v mlieku, sú len mizivým percentom toho, čo by dieťa dostávalo, ak by sa liečilo na grckanie. Nezabúdajte, že toto je liek, ktorý sa často používa pri liečbe refluxu.

Existujú dôvody pre obavy z dlhodobého užívania domperidónu?

Výrobca vo svojich informáciách uvádza, že dlhodobé podávanie domperidónu potkanom súviselo so zvýšeným množstvom nádorov prsníka potkanov. Zároveň tvrdí, že toto nebolo nikdy pozorované u ľudí. Dôležitá poznámka - v štúdiách toxicity liekov sa zvyčajne používajú vysoké dávky počas obdobia, ktoré predstavuje väčšinu alebo celý život zvierat'a. Tiež je dôležité vedieť, že nedojčenie zvyšuje riziko vzniku rakoviny prsníka a riziko vzniku rakoviny prsníka sa znižuje, čím dlhšie dojčíte. Tiež je dobré si uvedomiť, že v Kanade sa domperidón pre zvýšenie tvorby mlieka používa už vyše 30 rokov.

Užívanie domperidónu

Príbalové letáky odporúčajú užívať domperidón 30 minút pred jedlom, ale to sa odporúča pri používaní domperidónu pri liečbe zažívacích ťažkostí. Je však pravda, že domperidón sa lepšie vstrebáva na prázdny žalúdok. Môžete užívať domperidón približne každých 8 hodín, ak je to pohodlné (nie je nutné sa budiť na to, aby ste dodržali 8 hodinovú schému – nie je v tom žiadny rozdiel). Mnohé matky užívajú domperidón 3 – 8 týždňov, ale niekedy je ho potrebné užívať dlhšie, a niekedy je pre niektoré matky nemožné udržať tvorbu mlieka bez toho, aby pokračovali v užívaní domperidónu. Matky, ktoré dojčia adoptované deti, niekedy potrebujú užívať domperidón omnoho dlhšie. Ľudia, ktorí užívajú domperidón pre rôzne problémy so žalúdkom, ho často užívajú mnoho rokov.

Počiatočná dávka domperidónu je 3 tabletky 3-krát denne (spolu 90 mg za deň) a v prípade potreby je možné zvýšiť ju na 4 tabletky 3-krát denne (spolu 120 mg za deň) alebo 4 tabletky 4-krát denne (spolu 160 mg za deň), alebo ak je to pohodlnejšie, je možné použiť schému 5 tabletiiek 3-krát denne (spolu 150 mg za deň).

Po tom, čo začnete užívať domperidón, trvá obvykle tri až štyri dni, než zaznamenáte účinok, aj keď niekedy matky pocitujú účinok už po 24 hodinách. Zdá sa, že maximálny účinok sa dosahuje o 2 – 3 týždne, ale niektoré matky zaznamenali pozitívny účinok až po 4 týždňoch. Je rozumné dať domperidónu šancu pôsobiť najmenej 4 týždne, lepšie 6 týždňov predtým, než vyhodnotíme situáciu tak, že bol účinný.

Ďalšie informácie o tom, ako vysadiť domperidón, si prečítajte v materiáli **Vysadenie domperidónu**.

Autor: Jack Newman, MD, FRCPC, 2017.

Tento materiál sa môže kopírovať a šíriť bez predchádzajúceho dovolenia s podmienkou, že nie je použitý v žiadnom kontexte, ktorý by porušoval Kódex WHO o marketingu náhrad materského mlieka (1981) a následných rozhodnutí World Health Assembly.