

## Farmakoterapia bezsenności u pacjentów w starszym wieku

### *Pharmacotherapy for insomnia in older patients*

Marcin Gackowski<sup>1</sup>, Katarzyna Mądra-Gackowska<sup>2</sup>, Kornelia Kędziora-Kornatowska<sup>2</sup>,  
Marcin Koba<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Katedra Toksykologii, Collegium Medicum UMK w Bydgoszczy

<sup>2</sup>Katedra i Klinika Geriatrii Szpitala Uniwersyteckiego nr 1 w Bydgoszczy

### Streszczenie

Częstość występowania bezsenności nieustannie wzrasta. Ponad połowa polskiej populacji osób dorosłych cierpi z powodu bezsenności. Problem ten jest jeszcze bardziej nasilony w szczególnie wrażliwej grupie osób starszych, gdzie znacząco obniża komfort życia i negatywnie wpływa na stan zdrowia pacjenta, niejednokrotnie z wielochorobowością. Leczenie bezsenności powinno być zindywidualizowane i szczegółowo zaplanowane tak, aby obejmowało leczenie schorzeń współistniejących negatywnie wpływających na jakość snu, jak również oddziaływania behawioralne wzmacniające homeostatyczne zapotrzebowanie na sen. Leki nasenne, obarczone wieloma działaniami niepożądanymi, powinny być stosowane krótkotrwale w początkowym okresie leczenia zaburzeń snu u starszych pacjentów. W artykule omówiono leczenie farmakologiczne bezsenności u osób starszych w oparciu o leki wydawane z przepisu lekarza oraz preparaty dostępne bez recepty. *Geriatrics 2019; 13: 90-96.*

*Słowa kluczowe: bezsenność, benzodiazepiny, leczenie farmakologiczne, niebenzodiazepinowe leki nasenne, osoby starsze*

### Abstract

The incidence of insomnia is constantly increasing. More than half of the Polish adult population suffers from insomnia. This problem is even more severe in the particularly sensitive group of older people, where it significantly reduces the quality of life and negatively affects the patient's health, often with multiple morbidities. Insomnia treatment should be individualized and carefully planned to include the treatment of comorbid conditions that negatively affect the quality of sleep as well as behavioral interactions that enhance homeostatic sleep demand. Hypnotic drugs with multiple adverse effects should be used temporarily during the initial treatment of sleep disorders in older patients. The article discusses pharmacological treatment of insomnia in older people based on prescription drugs and preparations available without a prescription. *Geriatrics 2019; 13: 90-96.*

*Keywords: insomnia, benzodiazepines, pharmacological therapy, nonbenzodiazepine hypnotic drugs, older adults*