

# Lihavuuden lääkehoito

Lääkärikirja Duodecim

18.11.2020

Sisätautien erikoislääkäri Pertti Mustajoki



- Lihavuuden lääkehoidon yleisiä periaatteita
- Orlistaatti
- Orlistaatin laihdutusteho
- Orlistaatti itsehoitolääkkeenä
- Mysimba®
- Liraglutidi
- Kirjallisuutta

Suomessa on myynnissä kolme lääkettä lihavuuden hoitoon: 1. orlistaatti (Xenical®), Orlistat®) 2. Mysimba®, joka sisältää kahta lääkeainetta, naltreksonia ja bupropionia. 3. Saxenda (liraglutidi), joka on pistettävä lääke.

## Lihavuuden lääkehoidon yleisiä periaatteita

Laihdutuslääke ei ole yleispätevä lihavuuden hoitokeino, joka automaattisesti laihduttaa. Läkettä käyttäessä on pyrittävä myös muuttamaan ruokailu- ja liikuntatottumuksia. Näitä muutoksia voidaan lääkkeen avulla tukea.

[Lihavuuden](#) hoitoon tarkoitettua lääkettä voidaan terveillä ihmisillä käyttää, kun painoindeksi on yli 30. Henkilöillä, joilla on [diabetes](#) tai muu laihduttamista edellyttävä sairaus, lääkehoitoa voidaan käyttää painoindeksin ollessa vähintään 27–28.

Lääkkeen tarkoitus on auttaa laihduttamisessa. Jos paino ei 3–4 kuukaudessa ole pudonnut merkittävästi (painon lasku ainakin 5 % painosta), lääkkeen käyttö on syytä lopettaa. Jos lääke auttaa laihtumaan, sitä pyritään käyttämään useita vuosia, sillä lääkkeen avulla laihdutetut kilot tulevat melkein aina nopeasti takaisin lopettamisen jälkeen.

## Orlistaatti

Orlistaatti estää ohutsuolessa vaikuttavan lipaasi-entsyymin toimintaa. Lipaasi pilkkoo ravinnon rasvaa, ja sen toiminnan estäminen lääkkeellä vähentää rasvan imeytymistä suolen sisältä elimistöön. Orlistaatti otetaan yleensä kolmesti päivässä ennen aamupalaa, lounasta ja päivällistä.

Läkettä käytettäessä pyritään siihen, että aterioiden energiasta korkeintaan 30 % tulee rasvasta ja että välipalat ovat vähärasvaisia. Tavallisia sivuvaikutuksia ovat ulosteiden rasvaisuus tai öljyisyys, ulostamispakko ja rasvaiset ulostetahrat, jotka ilmaantuvat liian rasvaisen ruoan nauttimisen jälkeen. Vähärasvaisempaan ruokaan siirtyminen vähentää tai lopettaa kokonaan rasvaiset ulosteet. Lääke ei imeydy elimistöön, joten muita haittoja ei ole.

## Orlistaatin laihdutusteho

Kaikilla lääkkeillä laihtumistuloksessa on suuria eroja eri ihmisten välillä. Osa ei laihtu lainkaan, osa laihtuu hyvin, muut siltä väliltä. Alla esitetään keskimääräisiä tuloksia lääkkeen laihdutustehosta. Luvut on saatu tutkimuksista, joissa tutkittavat henkilöt on jaettu arvalla kahteen ryhmään. Kaikki ovat saaneet ohjausta elämäntapojen muuttamiseksi. Toinen ryhmä saa tutkittavaa lääkettä, toinen lumevalmistetta eli

samannäköisiä kapseleita, joissa lääkettä ei ole. Tutkittavat henkilöt ja tutkijat eivät tiedä, kumpi ryhmä saa vaikuttavaa lääkettä ja kumpi lumetta.

Tutkimustilanne poikkeaa normaalista lääkärin vastaanotosta sikäli, että sen yhteydessä kaikki saavat tehokasta ohjausta elämäntapojen muuttamiseksi. Siksi myös tehotonta lumeläkettä saaneet laihtuvat melkoisesti.

Tutkimuksissa orlistaattia 120 mg ennen pääaterioita käyttäneet ovat vuoden kohdalla laihtuneet keskimäärin 3 kg enemmän kuin lumelääkkeellä. Vuoden käytön jälkeen paino on noin 50 prosentilla käyttäjistä merkittävästi alempi alkupainoon verrattuna, kun lumelääkkeellä luku on noin 30 prosenttia.

## Orlistaatti itsehoitoläkkeenä

Orlistaatin 120 mg:n vahvuuden (Xenical®) käyttö edellyttää lääkärin reseptiä.

Orlistaatista on saatavissa myös apteekissa myytäviä itsehoitovalmisteita, joita saa ilman reseptiä. Niissä on lääkettä kapselia kohti 60 milligrammaa (mg) eli puolta vähemmän kuin reseptilääkkeessä.

Itsehoitoläkkeiden käyttöohjeet ovat samat kuin vahvemman Xenicalin®. Se ei automaattisesti laihduta. Lääkkeet toimivat yhdessä järkevän ruokavalion kanssa, jossa tärkeintä on välttää liian rasvaisia ruokia.

Pienemmän lääkepitoisuuden vuoksi haittavaikutuksia on puolta vähemmän. Vastaavasti myös laihdutusteho on hieman (noin 20 %) heikompi.

Lääkeviranomaiset ovat yhteisvaikutusten vuoksi antaneet joitakin lääkkeiden käyttöön liittyviä suosituksia, jotka löytyvät tuoteselosteesta. Tärkeimmät ovat kilpirauhaslääkkeet ja epilepsialääkkeet, joita käyttäviä kehoitetaan neuvottelemaan lääkärin kanssa ennen orlistaatin aloittamista.

## Mysimba®

Mysimba® on tullut myyntiin vuonna 2017, ja se on reseptilääke. Se sisältää kahta eri lääkeainetta, naltreksonia ja bupropionia. Naltreksonia käytetään myös alkoholiriippuvuuden hoitoon ja bupropionia nikotiiniriippuvuuden hoitoon. Jälkimmäistä käytetään lisäksi myös masennuksen hoidossa.

Vuoden kestäneissä kokeissa Mysimbaa® käyttäneet ovat laihtuneet 6–4 % enemmän kuin lumeläkettä käyttäneet. Lääkkeen käytössä on rajoituksia, koska siihen saattaa liittyä hieman lisääntynyt itsemurhan ja epileptisten kohtausten riski. Lääkkeen aikana alkoholin käytön on oltava kohtuullista.

## Liraglutidi

Liraglutidi on verensokeriin ja ruokahaluun vaikuttava ihon alle pistettävä hormoni, jota on käytetty vuosia tyypin 2 diabeteksen hoidossa. Laihdutustarkoitukseen on käytössä Saxenda-niminen valmiste. Lihavuuden hoidossa aloitetaan pienellä 0,6 mg annoksella, jota nostetaan asteittain kunnes saavutetaan 3,0 milligramman taso. Hoitotutkimuksissa liraglutidia käyttäneet ovat laihtuneet keskimäärin 8,4 kg, kun tulos lumeläkettä käyttäneillä oli 2,8 kg.