

# Medicijn in het kort voor **Temazepam**

## Capsules bij **slapeloosheid**

### Waarvoor is dit medicijn?

Dit medicijn wordt gebruikt als u niet kunt slapen (slapeloosheid).

### Hoe werkt dit medicijn?

Dit medicijn maakt u rustig, slaperig, minder angstig en ontspant uw spieren. Uw arts zal u dit medicijn voor een korte tijd geven. **U valt hierdoor sneller in slaap en u slaapt beter door.** U wordt binnen 1 uur slaperig en rustig. Dit medicijn werkt 6 tot 8 uur lang.

### Belangrijkste waarschuwingen



Gebruik dit medicijn zo kort mogelijk. Liever niet vaker dan 1 keer in de 3 dagen. Anders wordt het moeilijk om te stoppen en werkt dit medicijn minder goed.

Gebruikt u dit medicijn al meer dan 2 weken en wilt u **stoppen**? Stop dan niet in 1 keer. U kunt dan last krijgen van klachten zoals: niet kunnen slapen, erge angst, spanning en in de war zijn. Vraag uw arts of apotheker om advies als u wilt stoppen met dit medicijn.

### Hoe gebruikt u dit medicijn?

Kijk altijd op het etiket van de apotheek of in de bijsluiter hoeveel u moet innemen. Gebruik dit medicijn altijd zoals uw arts of apotheker u vertelt.



Neem de capsule in met een half glas water. **Niet kauwen.**



Neem de capsule een half uur voor u gaat slapen in. Neem het alleen als u in ieder geval 6 uur kunt slapen. Als u korter slaapt, zult u nog te veel last hebben van suf zijn.

Gebruik dit medicijn niet te vaak als u niet kunt slapen. Probeer het niet vaker dan 1 keer in de 3 dagen te gebruiken.



Bent u de capsule vergeten in te nemen? Heeft u nog **meer dan 6 uur** om te slapen? Neem de vergeten capsule dan direct in. Heeft u nog **minder dan 6 uur** om te slapen? U kunt de capsule nog innemen. De capsule blijft wel lang werken. Dit merkt u doordat u moeilijk wakker wordt en nog een paar uur minder snel reageert op dingen.

### Let op!



Gebruikt u **elke dag meer dan 20 mg**? Dan mag u niet autorijden. Gebruikt u **20 mg of minder per keer**? Dan mag u steeds 8 uur niet autorijden nadat u dit medicijn heeft gebruikt. Gebruikt u **af en toe meer dan 20 mg**? Dan mag u steeds 24 uur niet autorijden nadat u dit medicijn heeft gebruikt. Rijd geen auto als u last heeft van bijwerkingen zoals: slaperig zijn, duizelig zijn, slecht zien, dubbel zien.



Wees voorzichtig met alcohol drinken. Dit kan u nog suffer maken.



Bent u zwanger? Of wilt u zwanger worden? Vraag aan uw arts of apotheker of u dit medicijn mag gebruiken.



Wilt u borstvoeding geven? Vraag aan uw arts of apotheker of u dit medicijn mag gebruiken. U kunt dit medicijn beter niet voor lange tijd gebruiken als u borstvoeding geeft. Dit medicijn komt in kleine hoeveelheden in de moedermelk. Het kan dan zorgen voor bijwerkingen bij uw baby.

### Belangrijkste bijwerkingen

Ongeveer 1 op de 10 gebruikers van dit medicijn krijgt last van:

- Suf of moe zijn overdag.
- Minder snel reageren op dingen, duizelig zijn of slappe spieren krijgen. U kunt hierdoor makkelijker vallen.
- Geheugenproblemen.

Ongeveer 1 op de 100 gebruikers van dit medicijn krijgt last van:

- Snel heel boos worden, in de war zijn, dingen zien, voelen of horen die er niet zijn (hallucinaties).



Heeft u 1 van deze bijwerkingen? Neem dan direct contact op met uw arts.

### Hoe bewaart u dit medicijn?

Bewaar dit medicijn op kamertemperatuur en in de verpakking. Dan kan het niet vochtig worden. Dit betekent dat u dit medicijn gewoon in huis of in uw medicijnkastje kunt bewaren.

### Meer weten?

Kijk op [geneesmiddeleninformatiebank.nl](http://geneesmiddeleninformatiebank.nl) en [apotheek.nl](http://apotheek.nl) of vraag uw arts of apotheker.