

Patientinformation

Ménières sjukdom - SPC flakes information



Vad är SPC-Flakes?

SPC-Flakes är specialprocessade havreflingor. SPC står för *Specially Processed Cereals*. Produkten stimulerar kroppens egen produktion av ett protein som kallas AF (antisekretorisk faktor). AF bidrar till att reglera vätske- och jonbalansen över cellmembran, vilket kan minska tryckvariationer i innerörat och därigenom dämpa yrselattacker vid Ménières sjukdom.

Hur används SPC-Flakes?

Dosering

Rekommenderad dos är **1 gram per kilo kroppsvikt dagligen, fördelat över 2–3 tillfällen per dag.**

För dig som inte är van att äta fiberrik mat kan det vara bra att öka dosen successivt för att undvika magbesvär.

1 deciliter SPC-Flakes motsvarar cirka 50 gram.

Så kan du använda SPC-Flakes

SPC-Flakes kan ätas naturellt, till exempel med fil, yoghurt eller mjölk. De kan också kokas till gröt – ensamma eller tillsammans med andra gryn. SPC-flakes kan även blandas i mjöl och användas vid bakning av kakor eller bröd.



Doseringsöversikt för SPC-Flakes:

Kroppsvikt	Total dygnsdos (gram)	Motsvarande mängd (dl)	Om fördelat på 2 doser/dygn	Om fördelat på 3 doser/dygn
50 kg	50 g	1,0 dl	25 g \approx 0,5 dl per gång	ca 17 g \approx $\frac{1}{3}$ dl per gång
60 kg	60 g	1,2 dl	30 g \approx 0,6 dl per gång	ca 20 g \approx 0,4 dl per gång
70 kg	70 g	1,4 dl	35 g \approx 0,7 dl per gång	ca 23 g \approx 0,45 dl per gång
80 kg	80 g	1,6 dl	40 g \approx 0,8 dl per gång	ca 27 g \approx 0,55 dl per gång
90 kg	90 g	1,8 dl	45 g \approx 0,9 dl per gång	ca 30 g \approx 0,6 dl per gång
100 kg	100 g	2,0 dl	50 g \approx 1 dl per gång	ca 33 g \approx 0,65 dl per gång

Behandlingstid

Effekten av SPC-Flakes brukar märkas efter ungefär två veckors regelbunden användning.

Om du inte märkt någon förbättring av dina Ménière-symtom efter 3 månader, kan behandlingen avslutas helt.

Vid god effekt bör behandlingen fortsätta **så länge sjukdomen är i ett aktivt skov med återkommande Ménière-anfall**.

När du varit **fri från anfall i minst 3 månader**, rekommenderar vi att SPC-Flakes **trappas ut successivt** – till exempel genom att minska dosen i två steg, med några veckors mellanrum.

Exempel på nedtrappning

- Vecka 0–3 2/3 av ordinarie dos
- Vecka 4–7 1/3 av ordinarie dos
- Vecka 8 Avsluta behandlingen helt

Om du är osäker på hur du ska gå tillväga är du alltid välkommen att kontakta oss.

Inköp och förskrivning

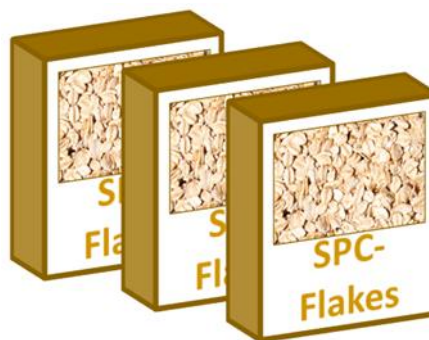
Receptfritt

SPC-Flakes kan köpas receptfritt på apotek och i vissa hälsokostbutiker.

Förskrivning

Om du har god effekt av behandlingen efter en månads användning, kan SPC-Flakes förskrivas som *livsmedel för särskilda näringsändamål*. Då subventioneras kostnaden och du betalar endast 50 % av priset.

Kontakta i så fall ÖNH-mottagningen. När förskrivningen är gjord, kommer vår sekreterare att skicka ett brev med information om hur du beställer leverans från Skövdedepån.



Vid frågor - kontakta oss

ÖNH-mottagningen

NÄL

461 85 Trollhättan

☎ 010 - 435 37 00