



Kloka rättigheter

– som ger dig bättre läkemedelshantering

Myndigheter och andra inom hälso- och sjukvården utfärdar bestämmelser om hur vården ska utföras. De flesta av dessa riktar sig till läkare, sjuksköterskor, farmaceuter och administratörer. Flera av dessa bestämmelser innebär rättigheter för patienter, men dessa rättigheter förblir ofta okända för just patienterna.

Koll på läkemedel är ett samarbete mellan PRO, SPF Seniorerna och Apoteket AB som syftar till att förbättra äldres läkemedelsbehandling. Ett led i detta är att göra några av hälso- och sjukvårdens bestämmelser anpassade och kända bland äldre för att de ska kunna agera som kompetenta patienter då de besöker vården.

Några saker av värde för dig som är äldre och använder läkemedel är:

- Socialstyrelsens indikatorer för god läkemedelsterapi hos äldre. Behandlar bland annat läkemedel som bör undvikas vid behandling av äldre.
- Socialstyrelsens föreskrift om läkemedelshanteringen i hälso- och sjukvården. Innehåller information som stärker äldres rätt till en god läkemedelsbehandling.
- Kloka frågor – från Koll på Läkemedel
Ett informationsmaterial som ger tips om bra frågor att ställa vid läkarbesöket eller andra kontakter med vården.

Information om detta finns på Socialstyrelsens [hemsida www.sos.se](http://www.sos.se) eller på Koll på läkemedels hemsida www.kollpalakemedel.se

Läkemedelsbehandling av äldre – stora utmaningar

Med stigande ålder ökar både sjuklighet och förekomst av tillstånd som kan orsaka sjukdomar (t ex högt blodtryck, högt blodsocker eller höga blodfetter). Detta leder till att många äldre människor medicinerar med ett flertal läkemedel – multimedcinering. Det är inte ovanligt att en patient kan ha 5 – 10 olika läkemedel och ibland ännu fler.

Samtidigt innebär både sjukdomar och åldrandet i sig att kroppens förmåga att ta upp och utsöndra läkemedel förändras, t ex att den minskar eller ökar. Sådana förändringar kan få stor betydelse för behandlingens effekter och bieffekter.

Många läkemedel innebär också att risken för interaktioner mellan läkemedlen ökar, det vill säga att olika läkemedel påverkar varandra ("krockar"), vilket kan vara ogynnsamt för patienten. Många äldre med olika sjukdomar får allvarliga biverkningar och sammantaget leder alla dessa saker till att behandlingens nytta kan bli tveksam. Situationen kompliceras också av att många patienter, inte minst äldre, får läkemedel förskrivna av flera olika läkare som inte känner till varandras förskrivning. Det innebär att ingen läkare har en samlad överblick av patientens hela medicinering. Varje enskilt förskrivet läkemedel kan vara väl motiverat, men den sammanlagda effekten av patientens alla läkemedel kan trots detta vara ogynnsam eller rent av skadlig. Därför innebär behandling av äldre och multisjuka patienter stora utmaningar och särskilda problem, såväl för läkare som för patienter.

Äldre med många läkemedel – multimedcinering

Mot bakgrund av att många läkemedel till patienten kan vara ett stort problem bör man sträva efter att minska multimedcineringen. Koll på läkemedel har som mål att den andel av befolkningen som är 80 år och äldre och som hämtat ut tio eller fler läkemedel på recept ska halveras. Multimedcinering är dock något som tyvärr inte har förändrats lika tydligt som användningen av olämpliga läkemedel har gjort de senaste åren. Ett sätt att komma till rätta med multimedcinering till äldre är att läkaren gör regelbundna läkemedelsgenomgångar. Socialstyrelsen har beslutat att alla äldre som är över 75 år och har fler än fem läkemedel har rätt att kräva en läkemedelsgenomgång en gång per år. Som patient kan du alltså boka en tid hos din läkare för att göra en sådan genomgång.

Läkemedel som bör undvikas vid behandling av äldre

Vissa läkemedel bör, enligt Socialstyrelsens skrift "Indikatorer för god läkemedelsterapi hos äldre" undvikas vid behandling av äldre. Vi kallar dessa läkemedel för olämpliga läkemedel, eftersom de just hos äldre medför en hög risk för biverkningar. Kunskapen om olämpliga läkemedel är bristfällig i vården. Vilka läkemedel som är olämpliga för äldre finns på den så kallade "Okloka listan", tillgänglig bland annat på Koll på läkemedels hemsida. Vi menar att kunskapen om dessa läkemedel behöver bli allmänt känd för att minska användningen av dem och därmed också minska onödiga biverkningar.

Många äldre får fortfarande olämpliga läkemedel

Äldre som använder olämpliga läkemedel löper hög risk för biverkningar. För yngre och medelålders är biverkningsrisken med dessa läkemedel betydligt lägre. Koll på läkemedel samt en del andra åtgärder har lett till att användningen av olämpliga läkemedel minskat på senare år¹ från ca 31 % 2011 till 20 % 2014. Men trots Socialstyrelsens rekommendation och arbetet med att minska användningen så finns det fortfarande en anmärkningsvärt hög användning av dessa läkemedel. Variationerna mellan landsting och kommuner är också relativt stor, det finns kommuner som fortfarande ligger över 30 % medan många har kommit ner kring ca 10 % och mindre.

Koll på läkemedel har som mål att andelen äldre som använder dessa läkemedel ska fortsätta minska och vara låg. Trots att det av medicinska skäl nog aldrig kommer att leda till att användningen av dessa läkemedel helt upphör.

Information och utbildning

Mer information om läkemedel till äldre finns på hemsidan:

www.kollpalakemedel.se

Där finns också en e-utbildning och material som kan användas vid informations- och utbildningsaktiviteter till äldre om läkemedel.

¹ Utgångspunkten för målet och den uppföljande statistiken har varit antalet uthämtade läkemedel 2010, året innan Koll på läkemedel startade.

OKLOKA LISTAN

Läkemedel som enligt Socialstyrelsen bör undvikas vid behandling av äldre. En uppdaterad lista finns också tillgänglig på hemsidan.

www.kollpalakemedel.se eller på Socialstyrelsens hemsida www.sos.se

Substansnamn (generiskt namn)	Preparatnamn ²
MEDEL VID MAG-TARMSJUKDOMAR OCH ILLAMÅENDE	
Hyoscyamin	Egazil
Scopolamin	Scopoderm
Aprepitant	Emend
MEDEL VID HJÄRTARYTMI	
Disopyramid	Durbis
MEDEL SOM PÅVERKAR URINBLÅSAN	
Oxybutinin	Ditropan Kentera Oxybutinin
Tolterodin	Detrusitol Tolterodin
Solifenacin	Vesicare
Darifenacin	Emselex
Fesoterodin	Toviaz
MEDEL VID PARKINSONISM	
Biperiden	Akineton
Trihexyfenidyl	Pargitan
SMÄRTSTILLANDE	
Morfin kombinationsprodukter	Morfin-scopolamin Spasmofen
Ketobemidon kombinationsprodukter	Ketogan Ketobemidon
Tramadol	Gemadol Nobligan Tiparol Tradolan Tramadol

ANTIPSYKOTIKA	
Levomepromazin	Nozinan
Klozapin	Clozapine Leponex
ORO, ÅNGEST, SÖMNLÖSHET	
KRAMPLÖSANDE	
Hydroxyzin	Atarax
Diazepam	Stesolid
Propiomazin	Propavan
Nitrazepam	Mogadon Nitrazepam Apodorm
Flunitrazepam	Flunitrazepam
MEDEL MOT DEPRESSION	
Klomipramin	Anafranil Klomipramin
Amitriptylin	Saroten
Nortriptylin	Sensaval
Maprotilin	Ludiomil Maprotilin
ANTIISTAMINER VID T EX ALLERGI	
Dimenhydrinat	Calma
Alimemazin	Theralen
Prometazin	Lergigan
NEUROLEPTIKA	
Olanzapin	Zyprexa
Klorprotixen	Truxal
ANTIKOLINERGIKA	Stesolid
Atropin	Atropin
Glykopyrron	Robinul

² Endast läkemedelsnamnets huvudord (varumärket) anges i tabellen, d v s inte firmanamn eller olika former av läkemedlet t ex mite, forte etc. På hemsidan finns samtliga varianter av läkemedlen med de olika substanserna listade.

Råd till dig som äldre läkemedelsanvändare

Om du är äldre och blivit ordinerad ett läkemedel som finns på Okloka listan för regelbunden användning är det viktigt att tala med din läkare om detta. Ta med dig Okloka listan vid nästa läkarbesök och be din läkare bedöma om det finns risk för att du får biverkningar av läkemedlet. Om du har upplevt någon eller några biverkningar är det viktigt att informera läkaren om detta.

Du hittar alltid information om olika biverkningar för läkemedel på bipacksedeln eller genom att gå in på **www.fass.se** och söka upp läkemedlets bipacksedel där.

Välj FASS Allmänhet och skriv in produktnamnet i sökfältet så hittar du bipacksedeln direkt. Från Okloka listan på **www.kollpalakemedel.se** kan du också klicka dig direkt vidare till bipacksedeln information.

Socialstyrelsens bestämmelser från 2012 syftar till att ge äldre med många läkemedel en bättre behandling. Problem med multimedicing har blivit allt vanligare i takt med allt fler nya läkemedel och ökad läkemedelsförskrivning. Risken för biverkningar och skador hos äldre är större än för andra åldersgrupper och risken ökar då ”varje sjukdom behandlas för sig” i stället för att läkaren gör en helhetsbedömning. Det är också alltför vanligt att man inte regelbundet följer och utvärderar insatt behandling. Socialstyrelsens bestämmelser omfattar tre saker som du som läkemedelsanvändare kan kräva och dessutom finns två andra möjligheter som kan vara värdefulla:

1. Enkel läkemedelsgenomgång

En enkel läkemedelsgenomgång innebär en kartläggning av alla de läkemedel som du använder samt en bedömning av om behandlingen i sin helhet är ändamålsenlig och säker. Om du är över 75 år och har fler än fem läkemedel kan du kräva en årlig enkel läkemedelsgenomgång t ex;

- vid besök hos läkare i öppen vård (på vårdcentralen etc.)
- vid byte av vårdform, t ex om inskrivning på sjukhus, påbörjad hemsjukvård eller inflyttning till särskilt boende
- minst en gång per år om man har särskilt boende eller hemsjukvård/hemtjänst



Patienter som gjort en enkel läkemedelsgenomgång ska också få information om de eventuella läkemedelsproblem som upptäckts vid genomgången, orsakerna till dessa samt vilka åtgärder som vidtas. Därefter ska patienten få en uppdaterad läkemedelslista. Om informationen inte kan ges till patienten själv ska den ges till anhöriga. Alla åtgärder ska dokumenteras i patientens journal.

2. Fördjupad läkemedelsgenomgång

En fördjupad läkemedelsgenomgång är en grundligare och mer omfattande genomgång. Den ska erbjudas samma grupp av patienter om det finns problem kvar efter att man gjort en enkel genomgång. I övrigt gäller samma saker som vid en enkel läkemedelsgenomgång. Även fördjupad läkemedelsgenomgång ska följas upp och dokumenteras.

3. Läkemedelsberättelse

En läkemedelsberättelse är en beskrivning av de läkemedelsordinationer som gjorts eller ändrats för patienter som varit inlagda på sjukhus och som ska fortsätta sin behandling i öppen vård. Den ska ges till patienten eller en anhörig vid utskrivning. Överföringen av information till den öppna vården (d v s till patientens vårdcentral) ska ske samma dag som patienten skrivs ut från sjukhuset. Patienten eller dennes anhörige ska också själv få en kopia av läkemedelsberättelsen och en uppdaterad läkemedelslista.

4. Personlig läkemedelsrådgivning³

Tid för en personlig läkemedelsrådgivning måste oftast bokas på ditt apotek. Tjänsten är kostnadsfri (Apoteket AB) och innebär att man får sitta ner och gå igenom sina läkemedel och sin medicinering med en specialutbildad farmaceut som utifrån patientens behov ger råd om medicinerna.

5. Elektroniskt Expeditions Stöd – EES³

EES är ett system som kan användas av farmaceuten på ditt apotek för att analysera dina recept med syftet att förbättra användningen av läkemedel och öka säkerheten för dig som patient. Systemet kan identifiera läkemedel med samma verkan, läkemedel som har interaktioner, olämpliga läkemedel och felaktigheter i dosering. E-hälsomyndigheten ansvarar för EES. Det finns också information på Koll på läkemedels hemsida. Som patient kan du begära på ditt apotek att få en EES genomgång.

På hemsidan **www.kollpalakemedel.se** finns ytterligare råd och stöd som man kan ha nytta av för sin läkemedelsbehandling. Gå in på avsnittet Guider och Råd och klicka på För patienter. Där finns också lite stöd och information till anhöriga.

Kloka Frågor

Många problem med läkemedelsbehandlingen kan lösas i dialog med läkare eller en farmaceut. Som patienten bör du alltid förbereda dig när du går till läkaren så att du kan ställa bra frågor. Det är inte alltid lätt att komma ihåg vad man vill fråga om. Därför finns broschyren Kloka Frågor som kan vara till stor hjälp.

Den finns på hemsidan **www.kollpalakemedel.se** och kan också beställas i tryckt form via hemsidan. Gå in på hemsidan och klicka på ”Beställa” så hittar du rätt. Du kan också maila till **kollpalakemedel@apoteket.se**.

³ Kan fås på många apotek i Sverige oavsett apoteks aktör.



Sammanfattning av dina rättigheter

Om du är äldre (särskilt över 75 år och har fler än fem läkemedel) ska du nyttja dina rättigheter nästa gång du besöker vårdcentralen genom att begära att;

- Få en enkel läkemedelsgenomgång
- Få ett skriftligt besked om resultatet av genomgången och eventuellt vidtagna åtgärder
- Du inte längre ska ha några olämpliga läkemedel
- Få boka en tid för att diskutera de kloka frågor om medicinering som gäller dig

Du bör också kräva att en läkare tar ett övergripande ansvar för alla dina mediciner och se till att denne har information även om läkemedel som du fått från någon annan läkare eller om receptfria mediciner/ naturläkemedel etc. som du använder.



Mer information och kontaktuppgifter

finns på www.kollpalakemedel.se

Där finns också denna broschyr

i pdf-format. Kontakt:

kollpalakamedel@apoteket.se

Broschyren är producerad av

Koll på läkemedel.

Ett samarbete mellan

PRO



apoteket
Vi gör det enklare att må bra

Vi gör det enklare att må bra