

**KOLL PÅ
LÄKEMEDEL**

KLOKA RÄTTIGHETER

Som ger dig en bättre
läkemedelsbehandling



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. Det vill Koll på Läkemedel ändra på.

Koll på läkemedel är ett samarbete mellan PRO, SPF Seniorerna och Apoteket 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 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 medicineras med ett flertal läkemedel – multimedicerings. 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, d v s att olika läkemedel påverkar varandra ("krockar"), vilket kan vara ogynnsamt för patienten.

Dessutom får många äldre med olika sjukdomar biverkningar som till exempel försämrad balans som ökar risken för att falla och skada sig. 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

Många äldre tar dagligen flera olika mediciner, ordinerade av olika läkare som saknar en helhetsbild av patientens alla behov och behandling. Men tar du läkemedel som inte bör blandas riskerar du att få oönskade effekter.

Multisjuka äldre tar dessutom ofta fler än tio olika mediciner dagligen och många får läkemedel som är olämpliga för äldre.

Mot bakgrund av att många läkemedel kan vara ett stort problem bör man sträva efter att minska multimedicingen. Multimedicing är dock något som inte har förändrats lika tydligt som användningen av olämpliga läkemedel har gjort senaste åren.

Ett sätt att förbättra läkemedelsbehandlingen till äldre är att erbjuda 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.

Olämpliga läkemedel – som bör undvikas 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 ”**Oklora listan**”, tillgänglig bland annat på Koll på läkemedels hemsida. Kunskapen om dessa läkemedel behöver bli allmänt känd för att minska användningen av dem och därmed också minska onödiga biverkningar.



Till exempel behöver kännedomen öka om sambandet mellan användandet av olämpliga läkemedel och att äldre drabbas av fallolyckor, vilka är alltför vanligt förekommande.

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 bland personer över 80 år minskat på senare år, från ca 31 procent med något av läkemedlen 2010 till 16 procent 2016. Trots Socialstyrelsens rekommendation och arbetet med att minska användningen är den fortfarande betydande. Variationerna mellan landsting och kommuner är också stor, det finns kommuner som fortfarande ligger närmare 30 procent med ett olämpligt läkemedel i åldersgruppen medan vissa har kommit ner till under 10 procent. Värt att notera är också att kvinnor i högre utsträckning än män får olämpliga läkemedel. 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 webbplatsen www.kollpalakemedel.se.

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

OKLOKA LISTAN

Så kallar Koll på Läkemedel de läkemedel som enligt Socialstyrelsen bör undvikas vid behandling av äldre och som brukar skrivas ut på recept. Listan är från juni 2016. En uppdaterad lista finns också tillgänglig på www.kollpalakemedel.se eller på Socialstyrelsens hemsida www.sos.se/aldre/aldreshalsa/aldreochlakemedel.

Substansnamn (generiskt namn)	Preparatnamn ¹
MEDEL VID MAG-TARMSJUKDOMAR OCH ILLAMÅENDE	
Hyoscyamin	Egazil
Scopolamin	Scopoderm
Dimenhydrinat	Calma
MEDEL VID HJÄRTARYTMI	
Disopyramid	Durbis Retard
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
Tramadol	Dolatramyl
	Gemadol
	Nobligan
	Tiparol
	Tradolan
	Tramadol

Substansnamn (generiskt namn)	Preparatnamn ¹
MOT ORO, ÅNGEST, SÖMNLÖSHET SAMT KRAMPLÖSANDE	
Hydroxyzin	Atarax
	Atyxine
	Hydroxyzine
Diazepam	Stesolid
Propiomazin	Propavan
Nitrazepam	Mogadon
	Nitrazepam
	Apodorm
Flunitrazepam	Flunitrazepam
MEDEL MOT DEPRESSION	
Klomipramin	Anafranil
	Klomipramin
Amitriptylin	Saroten
Nortriptylin	Sensaval
Maprotilin	Ludiomil
	Maprotilin
MEDEL VID T EX ALLERGI OCH ORO	
Alimemazin	Theralen
Prometazin	Lergigan
Difenhydramin	Desentol
NEUROLEPTIKA	
Klorprotixen	Truxal
Proklorperazin	Proklorperazin
Levomepromazin	Nozinan
	Levomepromazine
Klozapin	Clozapine
	Leponex
ANTI-KOLINERGIKA (som inte nämnts i andra grupper)	
Atropin	Atropin
Glykopyrron	Robinul

¹ Endast läkemedelsnamnets huvudord (varumärket) anges i tabellen, d v s inte firmamamn 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 själv är äldre med ett av dessa läkemedel, eller du är anhörig till en äldre person som blivit ordinerad ett läkemedel som finns på listan över olämpliga läkemedel för regelbunden användning, är det viktigt att tala med din läkare om detta. Ta med dig 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.

Socialstyrelsens bestämmelser syftar till att ge äldre med många läkemedel en bättre behandling. Problem med multimedicinering har blivit allt vanligare i takt med tillgång till 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 allt för vanligt att man inte regelbundet följer och utvärderar insatt behandling.

Dina kloka rättigheter

Socialstyrelsens bestämmelser omfattar tre olika saker som du som äldre läkemedelsanvändare kan kräva;

Enkel läkemedelsgenomgång

1. 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 vid 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 en enkel genomgång. I övrigt gäller samma saker som vid en enkel läkemedelsgenomgång. Även fördjupad läkemedelsgenomgång ska följas upp och dokumenteras. Individuellt anpassad information om resultatet ska också lämnas till patienten.

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.

Ytterligare stöd

Du har också möjlighet att få stöd och information från farmaceuterna på ditt apotek. Utöver de råd du får när du hämtar ut dina läkemedel kan du be om:

• Personlig läkemedelsrådgivning

En personlig läkemedelsrådgivning kan bokas på Apoteket. Tjänsten är kostnadsfri 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.

• Elektroniskt Expertstöd – EES

Som patient kan du begära på ditt apotek att få en EES-genomgång.

EES är ett system som kan användas av farmaceuten 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 interagerar, olämpliga läkemedel och felaktigheter i dosering.

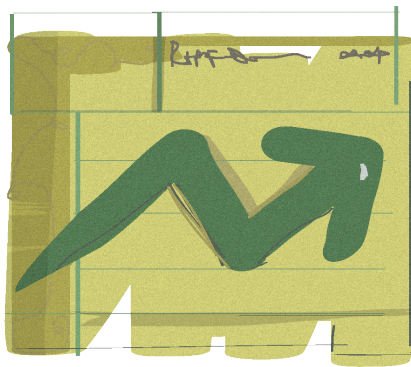
E-hälsomyndigheten ansvarar för EES. Det finns också information på Kolls hemsida.

På webbplatsen 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 stöd och information till anhöriga.

Kloka Frågor

Många problem med läkemedelsbehandlingen kan lösas i dialog med doktorn 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 mejla till kollpalakemedel@apoteket.se eller vända dig till din egen förening inom PRO respektive SPF Seniorerna.



Sammanfattning av dina rättigheter

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

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

Du bör också kräva att en doktor **tar ett övergripande ansvar för alla dina mediciner** och se till att denne har information även om läkemedel som du fått från någon annan doktor 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: kollpalakemedel@apoteket.se

Broschuren är producerad av Koll på läkemedel.
Ett samarbete mellan

