



**KOLL PÅ
LÄKEMEDEL**

MUDRA PITANJA

Vezano za farmaceutski tretman
starijih pacijenata, šta treba pitati
njihovog pružatelja zdravstvene
njege

Ova mudra pitanja usmjerena su na ljude koji uzimaju lijekove. Kako ljudi stare, postaje učestaliji slučaj da trebaju uzimati lijekove. Neki ljudi lijekove koriste kraći vremenski period, ali ljudi koji imaju mnogo bolesti možda će trebati uzimati lijekove duži vremenski period. Što više lijekova ljudi uzimaju, to je veći rizik od doživljanja nuspojava i da tretman možda neće dovesti do željenih rezultata. Neki lijekovi takođe nisu odgovarajući za starije ljude. Tretman starije osobe sa mnogo bolesti predstavlja izazov i za doktore i za pacijente.

Važno je da vi i vaš doktor imate odnos povjerenja i da se slažete, kako biste postigli efektivan tretman.

Doktor treba da zna sve eventualne zabrinutosti koji vi kao pacijent možda imate po pitanju svoje bolesti i njenog tretmana. Mnogi problemi mogu se riješiti postavljanjem pravih pitanja. U stvari, aktivni i angažovani pacijenti često dobivaju bolji tretman od pacijenata koji su tihi i pasivni. U međuvremenu, nije ubijek lako zapamtiti sva pitanja koja možda želite postaviti. Kao pacijent, možda ćete uvidjeti da je ova brošura Mudra pitanja korisna ako vam trebaju savjeti povodom toga šta pitati.

Odaberite pitanja i zabilježite odgovore

U donjem tekstu je niz sugestija koje će vam pomoći da postanete aktivniji pacijent. Ta pitanja organizovana su pod podnaslovima tako da vam se lakše snalaziti. Odaberite sva pitanja za koja smatrate da je prikladno da ih postavite naredni put kad odete kod svog doktora. Zapišite odgovor i napomene o tome kako ste tretirani. Ako imate nekih posebnih pitanja o svojoj bolesti i njenom tretmanu, zapišite ih prije nego što odete svom doktoru.

Uvijek postavljajte pitanja tako da budete sigurni da shvatate kako i zašto trebate uzimati svoje lijekove!

Treba da razumijete kako i zašto uzimate svoje lijekove

PITANJA

KOMENTARI

<i>Zašto ja uzimam ovaj lijek?</i>	Doktor bi trebao napisati indikacije na receptu.
<i>Hoće li ovaj lijek izliječiti, ublažiti ili umanjiti rizik od bolesti?</i>	Mnogi lijekovi smanjuju rizik od bolesti, ali ne pružaju izlječenje.
<i>Kako ću znati da lijek funkcionira?</i>	U mnogim slučajevima nećete primijetiti ništa; efekti će se možda trebati mjeriti pregledom krvne slike, itd.
<i>Koji je tretman cilj lijeka koji prepisujete?</i>	Na primjer, vaš krvni pritisak ne bi trebao biti viši od 140/90, ili vaš šećer u krvi ne bi trebao premašivati određeni nivo.
<i>Kada i kako ćete pratiti da vidite da li je postignut cilj tretmana?</i>	Na kontrolnom pregledu kod doktora ili medicinske sestre, ili putem telefona.
<i>Koliko dugo trebam uzimati lijek?</i>	Pacijenti moraju znati da li trebaju uzimati lijek do kraja života, kao kratki tretman ili po potrebi.
<i>Neću zapamtiti sve što ste rekli dok dođem kući. Da li biste mogli napisati najvažnije tačke?</i>	Imate pravo da dobijete informacije pismenim putem. Zatražite od doktora da odštampa vašu aktuelnu listu lijekova ili preuzmite listu svojih lijekova na recept u svojoj apoteci.
<i>Hoćete li napisati koji su lijekovi namijenjeni na tretman na pakovanjima?</i>	Imate pravo da dobijete informacije pismenim putem. Sve što doktor napiše na receptu se automatski štampa na etiketi iz apoteke.
<i>Jeste li prepisali dovoljno lijeka tako da može trajati do naredni put kad se sretnemo?</i>	Košta i vremena i novca i vama i zdravstvenom osoblju ako morate pozivati da biste dobili još lijekova.
<i>Treba mi pomoć da shvatim informativni letak na ambalaži. Možete li mi pomoći?</i>	Može vam pomoći apotekar u apoteci ili doktor.

Razgovarajte o prednostima i manama svojih lijekova

PITANJA

Kako da znam da mi lijek koristi?

Ima li nečeg posebnog o čemu trebam razmišljati kad uzimam ovaj lijek?

Je li ovaj lijek ispitan na starijim licima i je li prikladan za njih?

Mogu li neki od mojih lijekova za rezultat imati interakcije sa drugim lijekovima?

Hoće li me ovaj tretman spriječiti u činjenju stvari koje želim raditi?

Mogu li voziti automobil dok pijem ovaj lijek?

Mogu li postati zavisna od lijekova?

Šta se dešava ako zaboravim uzeti lijek?

Koje su najčešće nuspojave koje mogu iskusiti? Šta da onda radim?

Od svih lijekova koje uzimam, koji su najvažniji?

KOMENTARI

Trebali biste se osjećati sigurno da vam je lijek koji uzimate od koristi. Koristi mogu varirati za različite bolesti. U svojoj apoteci možete zatražiti i sesiju ličnog savjetovanja po pitanju lijekova.

Neke lijekove treba uzimati sa hranom, neke ne. Kod nekih lijekova treba izbjegavati alkohol. Kad uzimate neke lijekove, ne biste trebali voziti automobil.

Mnogi lijekovi nisu ispitani na starijim pacijentima i stariji pojedinci bi ih trebali izbjegavati.

Interakcije = lijekovi koji su nespojivi. Što više lijekova uzimate, veći je rizik.

Ovo pitanje je važno kada se prepisuje novi lijek.

Ovo je važno znati ako vozite automobil. Pitanje se uglavnom odnosi na lijekove protiv bolova i za umirenje.

Ovo pitanje je važno kako bi se osiguralo da ne dobijete zavisnost.

Kod većine lijekova (iako ne kod svih), ako povremeno zaboravite da ih uzmete, to neće dovesti ni do kakvih problema.

Važno je znati da radite pravu stvar ako iskusite nuspojave. Alat za samoprocjenu PHASE-20 omogućava vam da opišete kako doživljavate svoj farmaceutski tretman. (Vidi kollpalakemedel.se) Ponesite listu sa sobom kad idete doktoru.

Ovo pitanje je važno ako uzimate puno lijekova. Nisu svi lijekovi jednako važni.

Ako smatrate da imate previše lijekova

PITANJA

Treba li mi ovoliko lijekova?

*Imam mnogo lijekova. Da li prihvata-
te odgovornost da se obezbijedi nji-
hova međusobna kompatibilnost?*

*Zašto da i dalje uzimam lijek sad kad
mi je krvni pritisak dobar?*

*Zašto trebam uzimati dva lijeka za
svoj krvni pritisak? Zar nije jedan
dovoljan?*

*Zašto treba da uzimam dva lijeka za
srce? Zar nije jedan dovoljan?*

*Je li za mene u mojoj starosnoj dobi
dobro da uzimam toliko lijekova?*

KOMENTARI

Zatražite od doktora da precizira
koji su lijekovi najvažniji, manje
važni ili se trebaju uzimati po
potrebi.

Lijekovi se nikad ne bi trebali
međusobno ometati.

Dobra je zamisao da se ovo
objasni tako da ne uradite ništa
pogrešno.

Više vježbe, gubitak težine i
smanjenje stresa mogu smanjiti
potrebu za lijekovima.

Dobra je zamisao da se ovo
objasni tako da ne uradite ništa
pogrešno.

Ako uzimate previše lijekova,
doktor će možda moći eliminisati
one koji su manje važni.

Zatražite od doktora da se obavi
revizija lijekova ako uzimate više
od 5 lijekova i ako ste stariji od
75 godina – to je vaše pravo.



Ponekad lijekovi nisu prikladni za starija lica

PITANJA

Ima lijekova za koje Nacionalni odbor za zdravlje i dobrobit tvrdi da nisu prikladni za starija lica. Da li ja uzimam neki od njih?

Jeste li se osigurali da su svi moji lijekovi prikladni za mene?

Imao sam ovaj lijek već ranije. Zar ga ne mogu nastaviti uzimati?

Ima li ikakvih alternativa za ovaj neprikladni lijek?

KOMENTARI

Svi ovi lijekovi su na "Listi nemudrih lijekova" koju možete pronaći na www.kollpalakemedel.se ili u brošuri "Mudra prava".

Ovo pitanje je važno ako uzimate puno lijekova.

Ovo je često pitanje ako doktor želi eliminisati neprikladne lijekove.

Ovo pitanje je važno ako uzimate lijekove na recept koji su na listi lijekova neprikladnih za starije pacijente.

Ostala mudra pitanja

PITANJA

Zašto svaki put idem kod drugog doktora?

Zašto ne mogu razgovarati sa doktorom koji me poznaje?

Zašto provjeravate da vidite da li lijek pomaže?

Različiti doktori kažu različite stvari - kako mogu znati šta je ispravno?

KOMENTARI

Ako se stalno ide istom doktoru, to pruža osjećaj sigurnosti i poboljšava tretman.

Kada zakazujete termin, zamolite da dođete kod doktora kod koga ste već bili.

Da biste znali da uzimate pravi lijek i pravu dozu. Kao i da potvrdimo da je lijek obezbijedio željene efekte.

Dobra je zamisao da neko odvoji vremena i objasni razlike. Ako ste nesigurni, možete zatražiti reviziju lijekova ili zakazati sesiju savjetovanja u apoteci.

Možete li preposati neki jeftini lijek koji mogu sebi priuštiti?

Apoteka vam isto tako može pomoći tako što će vam ponuditi parcijalni plan otplate.

Mogu li dobiti početni paket da testiram lijek?

Dobra je ideja otpočeti sa malim, jeftinijim paketom, u slučaju da kasnije morate preći na drugi lijek.

Možete li mi pomoći tako da ne dobivam novi lijek svaki put kad odem u apoteku?

Doktor može obilježiti recept tako da zamjene nisu dozvoljene.

Je li lijek moja jedina opcija za tretman?

Ponekad je bolji tretman promjenom načina života - prestankom pušenja, vježbanjem, normalnom težinom, dobrim snom i smanjenjem stresa.

Kako vam je ime i prezime?

Zapišite odgovor tako da ga zapamtite naredni put kad budete zvali.

Pitanja obuhvataju mnoge različite probleme koji se možda ne odnose na vas. Odaberite pitanja koja odgovaraju vašoj situaciji i postavite ih naredni put kad odete kod doktora.

Omudrim pitanjima se može razgovarati na sastancima organizacija penzionera, ili zašto ne formirati studijsku grupu na osnovu ovih pitanja, a možda i odigrati igru uloga da se ispita kakav je dojam kad se ova pitanja postave. S vremenom ćete biti bolji u postavljanju pitanja, pa će se popraviti i vjerovatnoća da ćete dobiti dobar farmaceutski tretman.

Ne zaboravite zapisati pitanja koja želite postaviti doktoru!

**Više informacija i kontakt podataka dostupni su na
www.kollpalakemedel.se**

**Ova brošura dostupna je na vebajtu u pdf formatu.
Kontaktirajte: kollpalakemedel@apoteket.se**

Brošuru su sačinili “Provjerite svoje lijekove (Check your drugs)”.
Saradnja između



Originalni autori: Bertil Hagström, PhD, GP, Švedska asocijacija doktora opšte prakse, Lars Nilsson, profesor emeritus, farmaceutski ekspert, SPF za starija lica.

Razmatrali upravni komitet “Check your drugs” i Bertil Hagström 2017