



**KOLL PÅ
LÄKEMEDEL**

FIKSUJA OIKEUKSIA

Paremmen lääkehoidon puolesta



Viranomaiset sekä muut terveyden- ja sairaanhoidon toimijat laativat määräyksiä hoidon toteuttamisesta. Näistä useimmat koskevat lääkäreitä, sairaanhoitajia, farmaseutteja ja hallintotyöntekijöitä. Monet määräykset tuovat oikeuksia potilaille, mutta usein juuri potilaat eivät ole tietoisia niistä. Tämä halutaan muuttaa Koll på läkemedel -hankkeen avulla.

Koll på läkemedel on PRO- ja SPF Seniorerna -järjestöjen sekä Apoteketin yhteistyöhanke, jonka tavoitteena on parantaa ikäihmisten lääkehoitoa. Yksi tapa on lisätä tietoutta terveyden- ja sairaanhoidon määräyksistä ikäihmisille sopeutetulla tavalla, jotta he voisivat olla entistä valistuneempia käyttäessään hoitopalveluita.

Tässä on joitakin tärkeitä julkaisuja, jotka sinun ikäihmisenä ja lääkkeiden käyttäjänä kannattaa huomioida:

- Ruotsin sosiaalihallituksen indikaattorit ikäihmisten hyvään lääkehoitoon (Socialstyrelsens indikatorer för god läkemedelsterapi hos äldre).
Käsittelevät muun muassa lääkkeitä, joita on vältettävä ikäihmisten hoidossa.

- Ruotsin sosiaalihuollituksen säädös lääkehoidosta terveyden- ja sairaanhoidossa (Socialstyrelsens föreskrift om läkemedelshanteringen i hälso- och sjukvården). Sisältää tietoa, joka tukee ikäihmisten oikeutta hyvään lääkehoitoon.
- Koll på läkemedel -hankkeen Fiksuja kysymyksiä -esite. Tietopaketti, jossa annetaan vinkkejä hyviin kysymyksiin, joita voi esittää lääkärikäynnillä tai muussa hoitoon liittyvässä yhteydessä.

Lisätietoa löytyy sosiaalihuollituksen kotisivuilta osoitteesta www.sos.se tai Koll på läkemedel -hankkeen kotisivuilta osoitteesta www.kollpala-kemedel.se.

Ikäihmisten lääkehoidon suuret haasteet

Sekä sairaalloisuus että mahdollisesti sairauksiin johtavat tilat (kuten korkea verenpaine, verensokeri tai kolesteroli) yleistyvät ikääntyessä. Tämän vuoksi monia ikäihmisiä lääkittää useilla eri lääkkeillä, jolloin puhutaan monilääkityksestä. Ei ole epätavallista, että potilaalla on käytössään 5–10 erilaista lääkettä – joskus jopa enemmän.

Samanaikaisesti sekä sairaudet että ikääntyminen vaikuttavat kehon kykyyn ottaa vastaan ja erittää lääkkeitä. Se voi esimerkiksi heikentää tai voimistua. Tällaiset muutokset voivat olla erittäin merkittäviä hoidon tehon ja sivuvaikutusten kannalta.

Useiden lääkkeiden käyttö lisää myös lääkkeiden yhteisvaikutusten riskiä eli sitä, että eri lääkkeet vaikuttavat toisiinsa, mikä voi olla epäsuotuisaa potilaalle.

Lisäksi monet ikäihmiset kokevat eri sairauksien myötä sivuoireita, kuten tasapainon heikkenemistä, jotka lisäävät kaatumisen ja loukkaantumisen riskiä. Kaikki tämä johtaa siihen, ettei hoidon hyödyistä voida olla varmoja.

Tilannetta hankaloittaa myös se, että monet potilaat – etenkin ikäihmiset – saavat lääkkeilleen reseptejä useilta eri lääkäreiltä, jotka eivät tiedä toistensa määräämistä lääkkeistä. Tämä tarkoittaa, ettei kelläkään lääkärillä ole kokonaiskuvaa potilaan lääkityksestä. Jokaisen yksittäisen lääkkeen määräämiseen voi olla hyvät perustelut, mutta potilaan kaikkien lääkkeiden yhteisvaikutus voi siitä huolimatta olla epäsuotuisa tai jopa haitallinen. Siksi ikäihmisten ja monisairaiden potilaiden hoito tuo mukanaan suuria haasteita ja erityisiä ongelmia niin lääkäreille kuin potilaille itselleenkin.

Ikäihmiset ja monilääkitys

Monet ikäihmiset ottavat päivittäin useita eri lääkkeitä, joita ovat määränneet eri lääkärit, joilta puuttuu kokonaiskuva potilaan tarpeista ja hoidosta. Toistensa kanssa yhteensopimattomien lääkkeiden ottaminen voi kuitenkin aiheuttaa epätoivottuja vaikutuksia. Monisairaavat ikäihmiset ottavat päivittäin usein yli kymmentä erilaista lääkettä, ja monille on määrätty ikäihmisille sopimattomia lääkkeitä.

Koska useista lääkkeistä voi aiheutua suuria ongelmia, monilääkitystä on pyrittävä vähentämään. Monilääkityksessä ei kuitenkaan ole viime vuosien aikana havaittu yhtä selkeää muutosta kuin sopimattomien lääkkeiden käytössä.

Yksi tapa parantaa ikäihmisten lääkehoitoa on tarjota säännöllisiä lääkityksen läpikäyntejä. Sosiaalihallitus on päättänyt, että yli 75-vuotiailla ikäihmisillä, jotka käyttävät yli viittä lääketta, on oikeus vaatia lääkityksen läpikäyntiä kerran vuodessa. Potilaana voit siis varata ajan lääkäritäsi tällaista läpikäyntiä varten.

Sopimattomat lääkkeet, joita ikäihmisten on vältettävä

Sosiaalihallituksen julkaisun Indikaattorit ikäihmisten hyvään lääkehoitoon (Indikatorer för god läkemedelsterapi hos äldre) mukaan tiettyjä lääkkeitä on vältettävä ikäihmisten hoidossa. Kutsumme näitä lääkkeitä sopimattomiksi lääkkeiksi, sillä niihin sisältyy korkea sivuvaikutusten riski juuri ikäihmisten kohdalla. Tietämys sopimattomista lääkkeistä on puutteellista terveyden- ja sairaanhoidossa.

Ikäihmisille sopimattomat lääkkeet on ilmoitettu niin sanotulla **sopimattomien lääkkeiden listalla**, joka on luettavissa muun muassa Koll på läkemedel -hankkeen kotisivuilla. Tietoutta näistä lääkkeistä on lisättävä yleisesti, jotta niiden käyttö ja sen myötä myös turhat sivuvaikutukset vähenisivät.





On esimerkiksi lisättävä tietoutta sopimattomien lääkkeiden käytön ja ikäihmisten keskuudessa liiankin yleisten kaatumisonnettomuuksien välistä yhteydestä.

Monet ikäihmiset käyttävät edelleen sopimattomia lääkkeitä

Sopimattomia lääkkeitä käyttävillä ikäihmisillä on korkea riski saada sivuvaikutuksia. Nuorten ja keski-ikäisten kohdalla näiden lääkkeiden sivuvaikutusten riski on huomattavasti alhaisempi. Koll på läkemedel -hanke ja jotkin muut toimenpiteet ovat vaikuttaneet siihen, että yli 80-vuotiaiden keskuudessa joidenkin sopimattomien lääkkeiden käyttö on viime vuosina laskenut noin 31 prosentista (2010) noin 15 prosenttiin (2017). Sosiaalishallitus on suositellut ja edistänyt sopimattomien lääkkeiden käytön vähentämistä, mutta käyttö on edelleen merkittävää. Myös maakäräjien ja kuntien väliset erot ovat suuret; joissakin kunnissa sopimattomien lääkkeiden osuus ikäryhmän lääkkeistä on lähes 30 prosenttia, kun taas toiset ovat päässeet alle 10 prosenttiin. Huomionarvoista on myös, että naiset käyttävät miehiä useammin sopimattomia lääkkeitä. Koll på läkemedel -hankkeen tavoitteena on, että näitä lääkkeitä käyttävien ikäihmisten osuus jatkaa pienenemistään ja pysyy alhaisena. Lääkinnällisistä syistä näiden lääkkeiden käyttö ei kuitenkaan koskaan lopu täysin.

Tietoa ja koulutusta

Lisätietoa lääkkeistä ikäihmisille löytyy osoitteesta www.kollpalakemedel.se.

Sivustolla on myös verkkokoulutuksia ja materiaaleja, joita voi hyödyntää ikäihmisille suunnatussa lääkkeitä käsittelevässä tiedotus- ja koulutusluonteisessa toiminnassa.

SOPIMATTOMIEN LÄÄKKEIDEN LISTA

Koll på läkemedel -hankkeen puitteissa on koottu sopimattomien lääkkeiden lista sellaisista, usein reseptillä määrättävistä lääkkeistä, joita on sosiaalihuollituksen mukaan vältettävä ikäihmisten hoidossa. Lista on elokuulta 2018. Päivitetty lista on myös luettavissa osoitteesta www.kollpalakemedel.se tai sosiaalihuollituksen kotisivuilta osoitteesta www.sos.se/aldre/aldreshalsa/aldreochlakemedel.

Aineen nimi (yleinen nimi)	Valmisteen nimi ¹
VATSA- JA SUOLISTOSAIRAUKSIEN SEKÄ PAHOINVOINNIN HOITOON KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET	
Hyoskyamiini	Egazil
Hyoskiini	Scopoderm
Dimenhydrinaatti	Calma
Meklotsiini	Postafen
Hyoskiinibutyylibromidi	Buscopan
VIRTSARAKKON VAIKUTTAVAT LÄÄKKEET	
Oksibutiniini	Ditropan
	Kentera
	Oksibutiniini
Tolterodiini	Detrusitol
	Tolterodiini
Solifenasiini	Vesicare
Darifenasiini	Emselex
Fesoterodiini	Toviaz
KIVUNLIEVITTÄJÄT	
Kodeiini	Citodon
	Panocod
	Kodeiini
	Paracetamol/kodein
	Altermol
	Treo Comp
Orfenadriini, yhdistelmät	Norflex
	Norgesic
Morfinia sisältävät yhdistelmätuotteet	Morfin-skopolamin
	Spasmodon
Ketobemidonia sisältävät yhdistelmätuotteet	Ketogan
Tramadoli	Dolatramyl
	Gemadol
	Nobligan
	Tiparol
	Tradolan
	Tramadoli
PARKINSONIN TAUDIN HOITOON KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET	
Biperideeni	Akineton
Triheksifenidyyli	Pargitan

Aineen nimi (yleinen nimi)	Valmisteen nimi ¹
LEVOTTOMUUDEN, AHDISTUKSEN, UNETTOMUUDEN JA KOURISTUSTEN HOITOON KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET	
Hydroksitsiini	Atarax
	Hydroksitsiini
Diatsepaami	Stesolid
Propiomatsiini	Propavan
Nitratsepaami	Mogadon
	Nitratsepaami
	Apodorm
Flunitratsepaami	Flunitratsepaami
MASENNUSLÄÄKKEET	
Klomipramiini	Anafranil
	Klomipramiini
Amitriptyliini	Saroten
Nortriptyliini	Sensaval
Maprotiliini	Ludiomil
ESIMERKIKSI ALLERGIAN JA LEVOTTOMUUDEN HOITOON KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET	
Alimematsiini	Theralen
Prometatsiini	Lergigan
Klemastiini	Tavegyl
NEUROLEPTIT	
Klooriprotikseeni	Truxal
Proklooriperatsiini	Proklooriperatsiini
Levomepromatsiini	Nozinan
	Levomepromazine
Klotsapiini	Clozapine
	Leponex
ANTIKOLINERGIT (joita ei ole mainittu muissa ryhmissä)	
Atropiini	Atropiini
Glykopyrroni	Robinul
SYDÄMEN RYTMIHÄIRIÖIDEN HOITOON KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET	
Disopyramidi	Durbis Retard
DIABETEKSEN HOITOON KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET	
Glibenklamidi	Daonil
	Glibenklamidi

¹ Taulukossa ilmoitetaan ainoastaan lääkenimen pääsana (tuotemerkki), ei yrityksen nimeä tai lääkkeen eri muotoja, kuten mite tai forte. Kotisivuilla on lueteltu lääkkeiden kaikki variantit ja niiden vaikuttavat aineet.



Neuvoja sinulle lääkkeitä käyttävänä ikäihmisenä

Jos olet ikäihminen ja käytät jotakin näistä lääkkeistä tai jos olet sellaisen ikäihmisen omainen, jolle on määrätty edellä olevalla sopimattomien lääkkeiden listalla mainittu lääke säännölliseen käyttöön, asiasta on tärkeää keskustella lääkärin kanssa. Ota lista mukaan seuraavalle lääkärikäynnille ja pyydä lääkäriäsi arvioimaan, voiko kyseessä oleva lääke aiheuttaa

sinulle sivuvaikutuksia.

Jos olet huomannut yhden tai useamman sivuvaikutuksen, lääkärille on tärkeää kertoa asiasta.

Pakkausselosteessa on aina tietoa lääkkeen mahdollisista sivuvaikutuksista. Voit myös hakea lääkkeen pakkausselosteen osoitteesta www.fass.se (ruotsiksi).

Valitse FASS Allmänhet ja hae pakkausselostetta kirjoittamalla tuotteen nimi hakukenttään.

Sosiaalihuollituksen määräysten tavoitteena on tarjota monilääkitystä käyttäville ikäihmisille parempaa hoitoa. Monilääkityksen aiheuttamat ongelmat ovat yleistyneet, kun saataville on tullut entistä enemmän uusia lääkkeitä ja lääkkeiden määrääminen on lisääntynyt. Ikäihmisille aiheutuvien sivuvaikutusten ja vahinkojen riski on muita ikäryhmiä korkeampi, ja se kasvaa, kun kutakin sairautta hoidetaan yksittäin sen sijaan, että lääkäri tekisi kokonaisarvioinnin. On myös aivan liian yleistä, ettei aloitettua hoitoa seurata ja arvioida säännöllisesti.

Fiksut oikeutesi

Sosiaalihuollituksen määräykset sisältävät kolme eri oikeutta, joita voit lääkkeitä käyttävänä ikäihmisenä vaatia:

Tavallinen lääkityksen läpikäynti

1. Tavallinen lääkityksen läpikäynti tarkoittaa kaikkien käyttämiesi lääkkeiden kartoittamista sekä arviointia hoitokokonaisuuden tarkoituksenmukaisuudesta ja turvallisuudesta. Jos olet yli 75-vuotias ja käytät

yli viittä lääketä, voit vaatia tavallista lääkityksen läpikäyntiä vuosittain esimerkiksi

- lääkärikäynnin yhteydessä avohoidossa (esim. terveyskeskuksessa)
- hoitomuodon vaihdon yhteydessä (esim. sairaalaan kirjautumisen, kotisairaanhoidon aloittamisen tai palveluasuntoon muuttamisen yhteydessä)
- vähintään kerran vuodessa, jos asut palveluasunnossa tai käytät kotisairaanhoidon tai kotihoidon palveluita.

Potilaille, joille on tehty tavallinen lääkityksen läpikäynti, on myös tarjottava tietoa läpikäynnin aikana mahdollisesti havaituista lääkeongelmista, niiden syistä ja jatkotoimenpiteistä.

Sen jälkeen potilaalle on annettava päivitetty lääkelista. Jos tietoja ei voida antaa itse potilaalle, ne on annettava omaisille.

Kaikki toimenpiteet on kirjattava potilaskertomukseen.

2. Laaja lääkityksen läpikäynti

Laaja lääkityksen läpikäynti on perusteellisempi ja kattavampi toimenpide. Sitä tarjotaan samalle potilasryhmälle, jos lääkityksessä on ongelmia vielä tavallisen lääkityksen läpikäynnin jälkeen. Muilta osin sitä koskevat samat asiat kuin tavallista lääkityksen läpikäyntiä. Myös laaja lääkityksen läpikäynti on dokumentoitava ja sitä on seurattava. Potilaalle on myös annettava yksilöllisesti mukautettua tietoa tuloksista.

3. Lääkekertomus

Lääkekertomus on kuvaus tehdyistä tai muutetuista lääkemääräyksistä potilaalle, joka on ollut sairaalahoidossa ja jonka hoitoa jatketaan avohoidossa. Se annetaan potilaalle tai omaiselle kotiuttamisen yhteydessä. Tiedot on välitettävä avohoitoon (eli potilaan terveyskeskukseen) samana päivänä, kun potilas kotiutetaan sairaalasta. Potilas tai hänen omaisensa saa myös kopion lääkekertomuksesta ja päivitetyn lääkelistan.

Lisätuki

Sinun on myös mahdollista saada tukea ja tietoa apteekkisi farmaseuteilta. Lääkkeitä noudettaessa annettavien neuvojen lisäksi voit pyytää seuraavia:

• Henkilökohtainen lääkeneuvonta

Voit varata ajan henkilökohtaiseen lääkeneuvontaan Apteeketissa. Palvelu on maksuton. Käynnin aikana saat keskustella lääkkeistäsi ja lääkityksestäsi erikoiskoulutetun farmaseutin kanssa, joka antaa lääkkeisiin liittyviä neuvoja tarpeidesi mukaan.

- **Elektroninen asiantuntija-apu – EES (Elektroniskt expertstöd)**

Potilaana voit pyytää apteekiltasi EES-läpikäyntiä.

EES on järjestelmä, jota farmaseutit käyttävät reseptiesi analysointiin. Tavoitteena on parantaa lääkkeiden käyttöä ja tarjota potilaille lisäturvaa. Järjestelmä tunnistaa lääkkeet, joilla on sama vaikutus tai yhteisvaikutuksia ja jotka ovat sopimattomia, sekä virheellisuudet annostelussa.

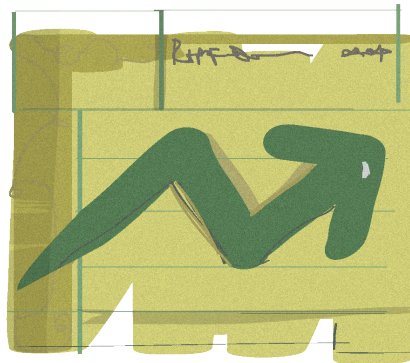
EES-järjestelmästä vastaa Ruotsin e-terveysviranomainen (eHälsomyndigheten). Lisätietoa löytyy myös Koll på läkemedel -hankkeen kotisivuilta.

Osoitteessa www.kollpalakemedel.se on lisäneuvoja ja -tukea, joista voi olla hyötyä lääkehoitoon liittyvissä asioissa. Siirry kohtaan Guider och Råd (Oppaat ja neuvot) ja valitse För patienter (Potilaille). Samassa paikassa on myös tukea ja tietoa omaisille.

Fiksuja kysymyksiä

Monet lääkehoitoon liittyvät ongelmat voidaan ratkaista keskustelemalla lääkärin tai farmaseutin kanssa. Potilaana sinun on aina valmistauduttava lääkärikäyntiin, jotta osaat esittää hyviä kysymyksiä. Aina ei ole kuitenkaan helppoa muistaa, mitä sitä halusikaan kysyä. Siksi Fiksuja kysymyksiä -esitteestä voi olla suuri apu.

Se on luettavissa ja tilattavissa myös painettuna versiona kotisivuiltamme osoitteesta www.kollpalakemedel.se. Siirry kotisivuille ja valitse Beställa (Tilaa), niin löydät oikean paikan. Voit myös lähettää sähköpostia osoitteeseen kollpalakemedel@apoteket.se tai kääntyä oman PRO- tai SPF Seniorerna -järjestöön kuuluvan yhdistyksesi puoleen.



Yhteenveto oikeuksistasi

Jos olet ikäihminen (etenkin yli 75-vuotias ja käytät yli viittä lääkettä), hyödynnä oikeuksiasi seuraavalla terveyskeskuskäynnilläsi toimimalla seuraavasti:

- Pyydä tavallista lääkityksen läpikäyntiä.
- Pyydä kirjallista tietoa läpikäynnin tuloksista ja mahdollisista jatkotoimenpiteistä.
- Sinulle ei pidä määrätä sopimattomia lääkkeitä, ellei siihen ole erityistä syytä.
- Varaa aika omaan lääkitykseen liittyvistä fiksuista kysymyksistä keskustelemiseen.

Sinun kannattaa myös vaatia lääkäriä **ottamaan kokonaisvastuu kaikkien lääkkeistasi** ja varmistamaan, että hänellä on tiedot muiden lääkärin määräämistä lääkkeitä tai käyttämistäsi reseptivapaista lääkkeitä tai luontaislääkkeistä.

Lisätiedot ja yhteystiedot löytyvät osoitteesta
www.kollpalakemedel.se.

Tämä esite on saatavilla kyseisessä osoitteessa
myös PDF-tiedostona.

Yhteydenotto: kollpalakemedel@apoteket.se

Esite on tuotettu Koll på läkemedel -hankkeen puitteissa.
Yhteistyössä

