

TRYGG MEDISIN BRUK

Hva er sikkert for deg og barnet?

Pilotprosjekt ga Hans Andersen nytt liv

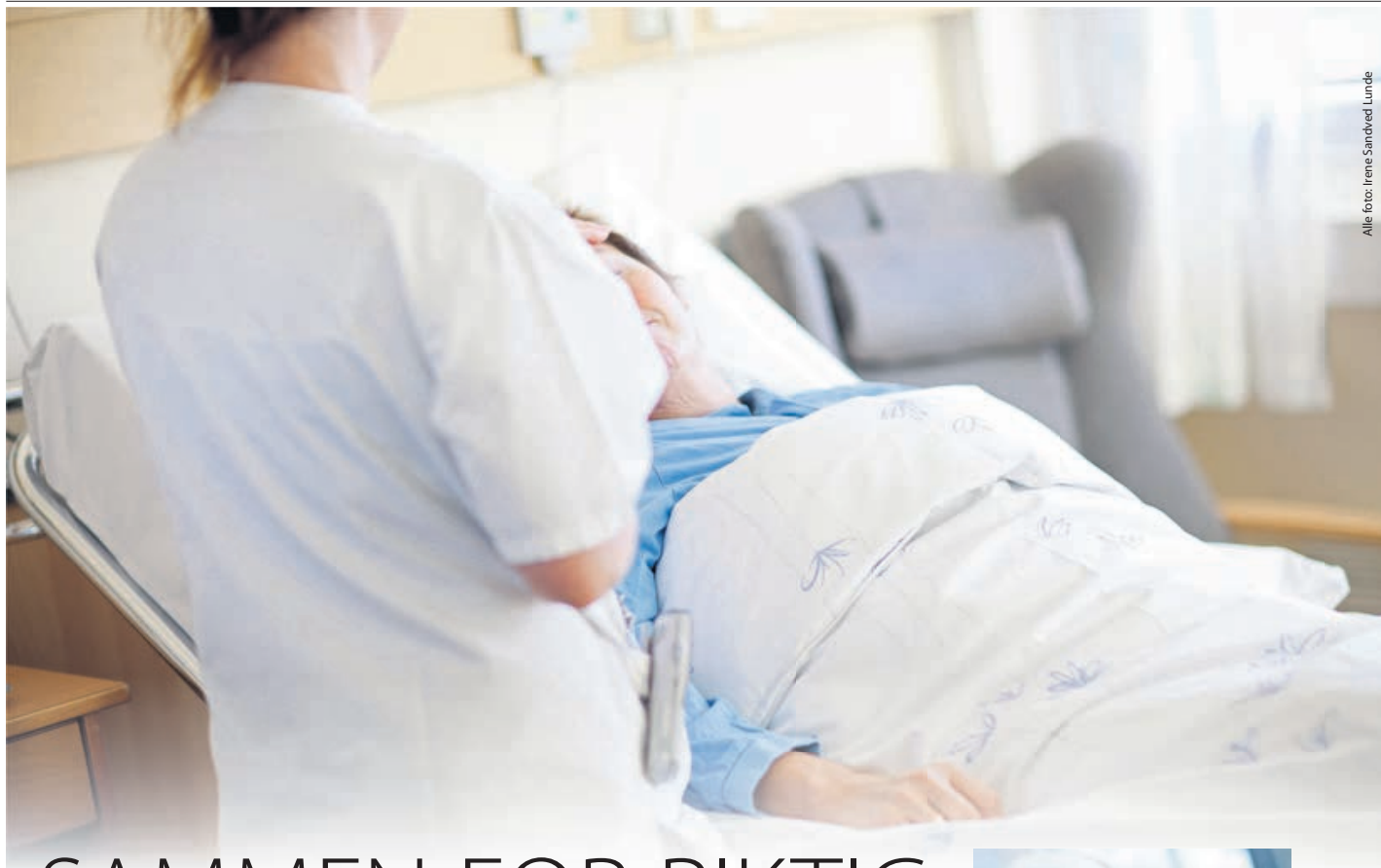
Pasientsikkerhet: riktig legemiddelbruk i sykehjem og i hjemmetjenesten.



SIDE 8-9

Hans Andersen var pleietrengende pasient ved Nygård sykehjem. Riktig medisinerings har gitt ham et nytt liv.





SAMMEN FOR RIKTIG LEGEMIDDELBRUK

Legemidler er viktige for å forebygge og behandle sykdom. For at helsegevinsten skal være størst mulig for pasienten, må legemiddelet brukes riktig. Det er svært viktig at pasienten får opplæring i riktig legemiddelbruk for å mestre egen sykdom.

Mange pasienter har flere sykdommer og bruker mange legemidler samtidig. Det øker risikoen for feilbruk og bivirkninger. Eldre og pasienter med kroniske sykdommer er særlig sårbare for legemiddelrelaterte problemer. Feilmedisinering fører hvert år til unødige pasientskader og dessverre noen dødsfall. Samtidig påføres samfunnet store utgifter. Minst én av ti sykehusinnleggelser av eldre skyldes feil bruk av legemidler.

Ett tiltak for å motvirke feilmedisinering er å sørge for at pasientens medisiner stemmer overens. Studier har vist at det er uoverensstemmelse mellom medisinen pasienten har hjemme, og fastlegens oversikt, for halvparten av pa-

sientene som mottar hjemmesykepleie. I gjennomsnitt er det oppført 25 % flere legemidler i listen som pasienten har hjemme. Det gir stor risiko for feilmedisinering og komplikasjoner. Pasienter kan selv bedre sin egen sikkerhet ved å be fastlegen skrive ut en oppdatert medisinsliste, og alltid oppbevare den i lommeboken. En grundig gjennomgang av listen sammen med legen vil forebygge feil og misforståelser.

Tre av innsatsområdene i den nasjonale pasientsikkerhetskampanjen I trygge hender handler om sikker legemiddelbruk: riktig legemiddelbruk på sykehjem, samstemming og riktig legemiddelbruk i hjemmetjenesten og samstemming av legemiddellister. Kampanjen har utviklet en metode for regelmessig gjennomgang av pasientens medisinsliste. Slik kan legen oppdage og fjerne unødvendige og potensielt skadelige medisiner og de som ikke bør brukes sammen. Samstemming er å sørge for at pasientens medisinsliste alltid er oppdatert og riktig, enten behandlingen skjer på sykehus, på syke-

hjem eller i hjemmet. Det oppstår lett feil ved overganger, som ved innleggelse på sykehus. Pasienten har en viktig rolle i samstemmingen. Legenes arbeid blir mye lettere når pasienten har med seg en oppdatert liste og kan bekrefte at innholdet er riktig.

Ved å lære opp helsepersonell, pasienter og pårørende i enkle og effektive tiltak skal vi unngå feilmedisinering og pasientskader som skyldes legemidler.

Pasientsikkerhetskampanjen er nå inne i sitt siste år, og allerede nå ser vi resultater av tiltakene. Dette viser at målrettet arbeid gir resultater, og at vi er på god vei mot målet om bedre pasientsikkerhet i Norge.

Anne-Grete Skjellanger

Anne-Grete Skjellanger
Sekretariatsleder, I trygge hender
Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten



”

Ved å lære opp helsepersonell, pasienter og pårørende i enkle og effektive tiltak skal vi unngå feilmedisinering og pasientskader som skyldes legemidler.

Et annonsebilag fra den nasjonale pasientsikkerhetskampanjen I trygge hender

I TRYGGE HENDER 24/7
Nasjonal pasientsikkerhetskampanje

Kontakt ang. spørsmål om innholdet: post@pasientsikkerhetskampanjen.no
Mer informasjon om pasientsikkerhetskampanjen finner du på www.pasientsikkerhetskampanjen.no

MARKEDSMEDIA
-makes you visible

+47 69 20 40 20
Vålerveien 159 | 1599 Moss
www.markedsmedia.no

prosjektleder: Ikra Raja
tlf. (+47) 415 25 221
ikra@markedsmedia.no
tekst: Silje Rønne og Anette R. Gundersen

grafisk form: Johnny Thoresen
trykk: Schibsted Trykk Oslo AS
repro: JMS
forsidebilde: Samir Bendriss

TRYGG MEDISIN

Disse reseptfrie medisinene **kan brukes av gravide**.
Brukes i henhold til pakningsvedlegget.

Virkestoff	Salgsnavn
Paracetamol	Paracet, Pinex, Pamol, Panodil, Paracetamol

For mer informasjon: www.tryggmammamedisin.no



IKKE TRYGG MEDISIN

Disse reseptfrie medisinene **skal ikke brukes av gravide**:

Virkestoff	Salgsnavn
Ibuprofen	Ibux, Ibumetin, Ibuprox, Burana, Ibuprofen
Diklofenak	Voltarol
Naproxen	Ledox, Naproxen

TRYGG MAMMAMEDISIN

Å vite hvilken medisin som kan tas når du er gravid eller ammer, er viktig. Samtidig skal du passe på din egen helse under graviditeten, slik at fosteret har det bra.



Foto: Samir Bendiss

FÅR RÅD. Ida Bruun og André Ødegaard venter sitt første barn.

God informasjon om bruk av medisin er viktig for mor og barn både i og etter svangerskapet. Det er derfor viktig å øke gravidens kunnskap om riktig medisinbruk.

– Det er ikke alltid best å la være å bruke medisin, forklarer Sofia Frost Widnes. Hun er farmasøyt og prosjektleder for tjenesten og nettsiden tryggmammamedisin.no.

Ida Bruun får tips & gode råd

Ida Bruun venter sitt første barn. Tidlig i svangerskapet var Ida veldig kvalm, men da hun fortalte fastlegen om plagene, fikk hun beskjed om å holde ut.

– I ettertid har jeg snakket med kvinner som har fått medisinen Postafen for å dempe svangerskapskvalmen. Hvis kvalmen er så plagsom at det går utover livskvaliteten, hva gjør jeg da, spør Ida?

Sofia svarer: – Reseptfri Postafen skal kun brukes ved reisesyke. Om den brukes ved svangerskapskvalme, brukes den over lengre tid, og en lege skal derfor vurdere behovet og hva som er riktig medisin for deg.

– Jeg har også vært en del plaget med vondt i hodet, men har ikke våget å ta smertestillende fordi rådene – eller svarene – jeg har fått, har vært så vage, forteller Ida. "Du kan jo alltid ta en Paracet", har mange sagt. Det har gjort henne usikker og bekymret. Hun har tenkt at det beste for babyen er at hun ikke tar smertestillende medisin.

Sofia svarer: – Medisiner som inneholder paracetamol (som Paracet), anbefales til gravide som trenger smertestillende. Disse medisinene er trygge. Det er viktig at gravide unngår smertestillende medisin som inneholder ibuprofen (som Ibux). Tidlig i graviditeten kan disse medisinene gi økt risiko for abort og foster-

skader. Slike medisinere kan også gi komplikasjoner i forbindelse med fødselen.

Ida er påpasselig med alt hun spiser og drikker, og vil ikke utsette fosteret for skadelige stoffer.

– I ettertid har jeg lurt på om det hadde vært bedre for babyen min at jeg tok medisin da jeg hadde influensa med feber opp mot 40 grader. Jeg kjente faktisk at babyen var ekstra aktiv under febertøkene.

Sofia svarer: – Det er ingen spesielle grenser for når feber hos gravide skal behandles; det avgjøres ut fra allmenn-tilstanden. Hvis man trenger febernedssettende medisin, anbefaler jeg også her medisinere med paracetamol, siden disse er trygge for gravide.



Sofia Frost Widnes
www.tryggmammamedisin.no

Er du gravid eller ammer og ønsker råd om medisinbruk?

Trygg mammamedisin er den eneste offentlige tjenesten som tilbyr individuelle råd om medisinere til gravide og ammende.





MEDISINER PÅ INTERNETT

På nettet kryr det av produkter mot de fleste lidelser, produkter som reklamerer med påstander om fortreffelige egenskaper. Risikoen er imidlertid stor for at disse er falske og skadelige. Likevel lar mange seg friste til å kjøpe medisiner, kosttilskudd og naturmidler.

Til tross for gjentatte advarsler tar vi sjansen på å kjøpe naturmidler, kosttilskudd og medisiner på Internett. – Mange av produktene har ikke vært gjennom noen form for kvalitetskontroll, og du risikerer å få piller uten virkning eller medisiner i farlig høye doser, advarer legemiddelinspektør Line Saxegaard. – I verste fall er «vidundermiddelet» laget i en kjeller under tvilsomme hygieniske forhold. De kan også være tilsatt farlige stoffer, fordi det er billigere enn de trygge substansene som brukes i lovlig produkter, forklarer Saxegaard. Det er ofte kriminelle miljøer som står bak produksjon og distribusjon av produktene. Du har derfor ingen garanti for at innholdet er i henhold til det som oppgis på pakningen eller i markedsføringen av produktet.

Ulovlig innhold

I Norge er det Mattilsynet som fører tilsyn med omsetning av kosttilskudd og natur-

midler, mens Legemiddelverket fører tilsyn med medisiner.

– Analyser som Legemiddelverket og Tollvesenet har gjort, viser at kosttilskudd og naturmidler som selges på nettet, ofte inneholder medisin som ikke er oppgitt på pakningen, forklarer Saxegaard. Kosttilskudd som inneholder medisiner, er å regne som falske legemidler, og dermed er de også ulovlige kosttilskudd. Mattilsynet, Legemiddelverket og Tollvesenet arbeider for å kontrollere og stanse ulovlige produkter som privatpersoner kjøper på nettet.

– Inntak av falske legemidler kan alene eller kombinert med inntak av andre medisiner være skadelig og i ytterste konsekvens livstruende, understreker legemiddelinspektør Saxegaard.

Kosttilskudd skal være et tilskudd – ikke medisin – og det er ikke lov å reklamere med medisinsk effekt.

Gjengangere

Beslagene Tollvesenet gjør, viser at mange bestiller medisiner som er prestasjonsfremmende eller gir rus eller økt potens. Andre gjengangere er slankemidler og smertestilende produkter. – Ofte er dette kopier av godkjente merker, og det er vanskelig å skille falske legemidler fra ekte, understreker Line Saxegaard. En del nettsider reklamerer også med at produktene er billige, lovlig og trygge kopier, men de er verken trygge eller lovlig i Norge, sier hun.

Oppsøk lege uansett årsak

Vurdering av lege er nødvendig når du trenger medisiner, og det er uforusvarlig å skaffe medisiner på egen hånd.

– Vi advarer mot å stille sin egen diagnose

og medisinere seg selv. Det er viktig at legen din har oversikt over hvilke plager du har, og hjelper deg med å finne riktig behandling. Kanskje er det ikke medisiner du trenger, eller kanskje tilstanden din har endret seg, slik at medisiner du har brukt tidligere, skal byttes ut, avslutter Saxegaard.

Falske eller ekte?

- Kosttilskudd skal ikke inneholde medisiner. Er det tilsatt medisiner, regnes de som falske legemidler.

- Det selges piller som bevisst etterligner originale produkter for å lure kunden. Det er vanskelig å skille disse fra den ekte varen.

- Det selges medisiner som oppgir at de er kopier, men at de er like gode som originalen, uten at dette blir dokumentert.

For mer informasjon, gå inn på www.legemiddelverket.no

Line Saxegaard, Legemiddelverket

ANNONSE



Pasientsikkerhet – trygg i behandlingssituasjonen

Når du er syk, har du ofte behov for legemidler for å bli frisk. Hvilken medisin du får, hvordan den blir gitt, og om den virker på rett måte, er avgjørende for hvordan sykdomsforløpet ditt blir. Sykepleieren er sentral i dette arbeidet.

– Som sykepleiere har vi ansvar for riktig pleie og behandling av pasienten, sier Eli Gunhild By, forbundsleder i Norsk Sykepleierforbund. Spesielt trenger pasienter som er innlagt på sykehus, avanserte behandlingsformer som inkluderer spesielle legemidler. Det kan stå om liv.

Kunnskap og kvalitetssikring

– Sykepleierne har kunnskap om den enkelte pasients helsesvikt og sykdom, medikamentenes virkning og eventuelt bivirkninger. Dette er et viktig område i sykepleierens arbeidshverdag. Faglig forsvarlig sykepleie dreier seg blant annet om å forstå sykdommens betydning for livskvalitet og velvære, forteller By. Riktig og forsvarlig håndtering av legemidler er derfor viktig, også for pasientens håp og mestring.

Legemiddelhåndtering

Skal behandlingen virke etter hensikten, må pasienten få riktig legemiddel i rett dose, gitt på en korrekt måte, til riktig tid og med presis informasjon. Dette læres i sykepleierutdanningen.

– De fleste forstår at legemiddelhåndtering er komplisert, men tenker kanskje ikke

over hvor avgjørende det er for resultatet av behandlingen. Ved en blodforgiftning vil korrekt dose med antibiotika gitt til riktig tid, ha



stor betydning. På den andre siden kan feil legemiddelhåndtering gi store bivirkninger, og sterke medisiner kan resultere i betydelige skader.

– Når vi eksempelvis gir morfin til en kreftpasient med sterke smerter, er doseringen av preparatet svært avgjørende. Det kan bety mye for pasientens livskvalitet i en sluttfase av livet – og pårørendes opplevelse av dette. Det handler også om pasientens verdighet – det å få lindring uten å «miste seg selv», understreker By.

Observasjon og kompetanse

En sykepleier skal også observere hvordan pasienten har det, og kommunisere med vedkommende. Oppmerksomhet og observasjon av virkninger og/eller bivirkninger er viktig for et best mulig forløp. Å sjekke om pasienten «fremdeles er klam, og temperaturen ikke har gått ned», kan være livsviktige observasjoner etter at preparatet er gitt.

– God legemiddelhåndtering innebærer at både sentrale og lokale forskrifter følges, og at det skapes gode systemer som ivaretar kvalitetssikring med tilstrekkelig og kompetent bemanning, sier By.



”

God legemiddelhåndtering innebærer at både sentrale og lokale forskrifter følges, og at det skapes gode systemer som ivaretar kvalitetssikring med tilstrekkelig og kompetent bemanning.

Eli Gunhild By



HAR DU LISTE OVER MEDISINENE DINE?

Hvert år fører feil bruk av medisiner til skader og dødsfall. Har du en liste over medisinene du bruker, gjør du hverdagen lettere for deg og din lege.

Bruker du mange medisiner, er det vanskelig å ha god oversikt. Mange medisiner skal ikke tas sammen, fordi det kan gi alvorlige bivirkninger. Noen medisiner kan også ødelegge eller forsterke effekten av andre medisiner.

Det er viktig at behandlende lege får oversikt over dine medisiner, slik at du ikke får feil behandling. Dette er særlig viktig for deg som bruker mange medisiner, og som ofte er i kontakt med flere helseinstitusjoner.

Er du ute på reise og trenger hjelp av lege, er det lurt å ha med medisinliste. En oppdatert medisinliste gir legen oversiktlig informasjon som kan være livsviktig i en akutt situasjon.

Medisinlister til alle!

– Vi ønsker å få redusert feilmedisinering og pasientskader så mye som mulig, og helst få antallet tilfeller ned på nullnivå, forteller Oddveig Birkeland, Brukerutvalget i Helse Førde.

– Tenk hvis du akutt blir sendt til sykehus, og tidligere på dagen har tatt dine faste medisiner. Ofte har ikke sykehuslegene informasjon om din medisinbruk, og du kan risikere å få enda en medisin dose, eller en medisin som gir alvorlige bivirkninger i kombinasjon med dine faste medisiner.

Det er i slike situasjoner det kan skje feilmedisinering som kan få fatale følger, opplyser Birkeland.

Helse Førde deltar i den nasjonale pasientsikkerhetskampanjen *I trygge hender* 24/7. Sikker legemiddelbruk er et viktig innsatsområde i kampanjen. Målet er at alle som er involvert i behandlingen av en pasient – og pasienten selv – skal ha korrekt oversikt over de medisinene som er i bruk. Helse Førde har satt ned en arbeidsgruppe som skal øke bruken av medisinlister. Målet er å få alle pasienter til å ha en oppdatert medisinliste hos fastlegen, alltid ha den med seg og vise den frem i

kontakt med andre leger og på apoteket. Pasienter som har ligget på sykehus, skal få en tilsvarende oppdatert medisinliste med seg når de reiser hjem, og det skal sendes en kopi til fastlegen i utskrivningsrapporten, en epikrise.

Medisinlisten må være lett å forstå for pasienten selv, pårørende og eventuelt hjemmesykepleier. Korrekt navn på medisinen, inkludert virkestoff og bruksområde, er særlig viktig. Apoteket kan nemlig velge å utlevere en medisin med riktig virkestoff, men med et annet navn enn det som står på resepten. Dette er en hyppig årsak til misforståelser og feilbruk av medisiner.

Fra 1. januar 2013 har din fastlege forskriftsfestet plikt til å skrive ut en oppdatert medisinliste til deg.

Øker sikkerheten

– Du kan bidra til å sikre at din medisinliste er oppdatert. Det er først da medisinlisten tjener sin hensikt og blir et nyttig og trygt verktøy. Gi beskjed til fastlegen, slik at han/hun oppdaterer listen ved hver konsultasjon. Oppbevar den gjerne i vesken eller lommeboken, slik at den er lett tilgjengelig når den trengs, råder Birkeland.



”

En oppdatert medisinliste gir legen oversiktlig informasjon som kan være livsviktig i en akutt situasjon.

Oddveig Birkeland

Hvorfor medisinliste?

- **En medisinliste** forebygger feil og misforståelser. Den gir trygghet for deg og de som behandler deg.
- **Be fastlegen** din skrive ut en liste over medisiner du bruker, og husk å oppdatere den.
- **Oppbevar** listen i lommeboken eller vesken.
- **Vis frem listen** hver gang du oppsøker lege, og når du henter medisiner på apoteket.





Begge foto: Irene Sandvold Lund

10 RÅD TIL DEG SOM PASIENT

Den norske helsetjenesten er blant de beste i verden. Likevel skjer det feil. Pasientsikkerhet handler om at pasienter ikke skal utsettes for skade når de er i kontakt med helsevesenet. Dette er helsevesenets ansvar. Men pasienter kan også selv bidra til egen sikkerhet. Ved å være en aktiv pasient kan du i samarbeid med pårørende og helsepersonell bidra til å forhindre uønskede hendelser. Her presenteres ti initiativer som pasientene selv kan ta i møte med helsetjenesten.

1. Informer om deg selv!

- Om medisiner du tar
- Om alternativ behandling
- Om annet du gjør for å bedre din egen helse

2. Spør til du forstår!

- Når du er bekymret eller lurer på noe
- Hvis du er usikker på om du har forstått helsepersonellet
- Noter informasjon du får og spørsmål du vil stille

3. Sjekk at du er deg!

- Vær sikker på at behandlingen er tiltenkt deg
- Pass på at identiteten din blir sjekket ved prøver og undersøkelser

4. Sjekk medisinen!

- Er den din?
- Hvorfor skal du ta den?
- Hvordan virker den?
- Er det rett dose?

5. Pårørende kan hjelpe deg!

- Med å huske detaljer
- Med å tale din sak når du selv ikke har krefter

6. Få kunnskap om hva som feiler deg!

- Lær om diagnosen
- Spør om undersøkelser og behandlinger
- Be legen tegne med spritpenn på deg hvis du skal opereres

7. Si fra om smerter eller plager!

- Gjenta det om nødvendig
- Be eventuelt om å få det nedtegnet i rapport/journa

8. Hva skjer etter sykehusoppholdet?

- Hvilke smerter og plager kan oppstå?
- Skal du gjøre noe med kostholdet?
- Hvor aktiv kan du være?

9. Ved akutt behov for helsehjelp:

- Hvem skal du kontakte?
- Hva vil de trenge av informasjon?

10. Still spørsmål om kvalitet!

- Hvem er ansvarlig for deg?
- Hvilken erfaring har de med din sykdom?
- Spør hvem som skal operere deg og skriv det ned



Nasjonal enhet for pasientsikkerhet har laget en brosjyre med enkle råd om hva pasienter selv kan bidra med i møte med helsetjenesten. Les mer om kampanjen og last ned brosjyre på www.pasientsikkerhetskampanjen.no

Rådene er utarbeidet av:

 kunnskapssenteret
Nasjonal enhet for pasientsikkerhet

Alle foto: Irene Sandved Lund

NYTT LIV MED RI

Takket være sykehjemmets grundige gjennomgang, endringer og oppfølging av medisinene ble Hans Andersen mye bedre og kunne flytte hjem igjen.

Pasientsikkerhetskampanjen / trygge hender bidro til at sykehjemmet fikk bedre rutiner for å sikre riktig legemiddelbruk, og det var noe som kom Hans til gode.



”Jeg har mye å takke legene for, men hadde det ikke vært for kona mi Bodil, hadde jeg aldri blitt så frisk igjen.

Hans Andersen

KTIGE MEDISINER

Feilmedisinering fører stadig til unødvendige lidelser for mange pasienter. Helsetilsynet har funnet store mangler ved rutiner for oppfølging av pasienters legemiddelbruk på sykehjem. Undersøkelser viser at en tredjedel av sykehjemspasientene bruker minst én unødvendig medisin, og minst én av ti sykehusinnleggelser av eldre på medisinsk avdeling skyldes feil bruk av medisiner.

Risikoen for feilmedisinering øker i takt med antallet medisiner pasienten bruker. Det er ofte feil i oversikten over pasientens medisiner, svikt i kommunikasjon mellom behandlere og manglende oppfølging av dette i helsetjenesten. Det kan føre til at pasientene får feil type medisin, for lite eller for mye medisin eller kombinasjoner av medisiner som fører til skade.

Tilbake til livet

Hans Andersen var i en periode pleietrengende pasient ved Nygård sykehjem. I 2004 ble han rammet av en hjerneblødning og påfølgende infeksjoner. Etter en gjennomgang fikk han justert medisinene sine, og i dag bor han igjen hjemme sammen med kona Bodil.

Fra høsten 2009 til 2010 var Andersen ofte innlagt på sykehus, og det var forskjellige leger som skrev ut medisiner til ham. I denne perioden fikk Hans mye medisiner, men helsetilstanden ble stadig verre.

– Hans fikk medisiner for Parkinsons sykdom, hjertet og lungene, men også for epilepsi og blodtrykk, forteller Bodil. Fru Andersen, som så at ektemannens helsetilstand ble forverret, ba gjentatte ganger om en grundig gjennomgang av alle medisinene Hans fikk. På sykehuset fikk de beskjed om at Hans hadde en «ukjent infeksjon» i kroppen.

– Det er viktig at leger hører på de pårørende, understreker Bodil. Hun tilføyer: – Legene må jo snakke sammen, så de kan følge opp pasientene på en forsvarlig måte.

Fast plass på sykehjemmet

Hans ble pleietrengende på heltid, og etter utallige turer ut og inn av akutten samt flerfoldige opphold på sykehus syntes ikke Bodil det lenger var forsvarlig å ha ektemannen boende hjemme. I januar 2010 fikk Hans fast plass på sykehjemmet.

Gjennom pasientsikkerhetskampanjen og pilotprosjektet ved Nygård sykehjem i



MULTIDOSEPAKNINGER: Bodil og Hans Andersen viser frem multidosepakninger hvor både dag og klokkeslett står oppført.

Sandefjord fikk Hans justert medisinene sine etter en legemiddelgjennomgang. Etter sykehjemslegens gjennomgang av epikrisen ble det iverksatt både nedtrapping av medisiner og nye medisiner. Dette skulle bli starten på et bedre liv for Hans.

– Jeg har mye å takke lege Ragnhild Eikaas Bøhm på Nygård for. Hadde det ikke vært for kona mi og Ragnhild, hadde jeg ikke kunnet flytte hjem igjen, understreker Hans fornøyd.

Hjemme hos Bodil

I april 2013 har Hans bodd hjemme i akkurat to år etter oppholdet som pleietrengende pasient på Nygård sykehjem.

– Jeg tok med Hans hjem på eget ansvar, forteller Bodil. Derfor bestemte ekteparet seg for å flytte til en mindre leilighet, nærmere byen, og de får avlastning to ganger i året av Sandefjord kommune.

– Det er ikke mange med fast plass på Nygård sykehjem som har opplevd å få flytte hjem igjen, fremhever Hans med en stolt mine. Han synes selv han har vært heldig, men understreker at det er Bodil som har hatt den tyngste jobben, og hadde det ikke vært for henne, hadde han aldri blitt så frisk igjen.

Julen 2012 feiret ekteparet julaften sammen for første gang siden Hans ble alvorlig syk, og de reiste til Telemark.

– Heldigvis har vi avtale med fastlegen til Hans, så jeg får raskt hentet antibiotika på apoteket. Han ble nemlig syk rett før vi skulle reise, skyter Bodil inn. Hans blir fort syk, og det er helt avgjørende at han kommer fort i gang med antibiotikabehandlingen for å forhindre utvikling av infeksjoner. Ekteparet har derfor alltid med medisinalisten til Hans, i tilfelle han blir syk.

En ny hverdag

I dag tar Hans medisiner syv ganger om dagen.

Medisineringen går greit, for multidosepakningene gjør det enklere for ham å ta medisinene sine selv. Tidligere måtte Bodil holde styr på mange forskjellige resepter og forskjellige medisiner som skulle tas til ulike tider på døgnet. På multidosepakningene står både dagen og klokkeslettet for når medisinene skal tas.

Da Hans flyttet hjem, måtte han trene seg opp igjen. Takket være ektefellens pågangsmot og viljestyrke har han i dag blitt ganske selvhjulpent.

– Rullestolen står nå parkert i kjelleren, og jeg går alene til byen. Jeg går sakte, men jeg trenger ikke hjelp, forteller Hans fornøyd. Han spiser og kler på seg selv igjen, men verdsetter at kona legger frem klærne han skal ta på.



KAMPANJEDAG: Bodil og Hans Andersen besøker gjerne Nygård sykehjem når de arrangerer kampanjedag.

I TRYGGE HENDER

Pasientsikkerhetskampanjen *I trygge hender* startet i januar 2011 og skal pågå i tre år. Den omfatter både spesialist- og primærhelsetjenesten.

Formålet med kampanjen er å redusere pasient-skader, bygge varige strukturer for pasientsikkerhet og bedre pasientsikkerhetskulturen.

Kampanjen innfører forbedringstiltak på

utvalgte innsatsområder. Innsatsområdene er identifisert av norske fagmiljøer. Følgende kriterier har ligget til grunn for valg av innsatsområder: stort forbedringspotensial, tiltak som er dokumentert effektive, og gode metoder for å evaluere effekt av tiltakene.

Følgende områder knyttet til legemidler har blitt testet i prøveprosjekt: samstemming av legemiddellister (på tvers av helsetjenesten), riktig legemiddelbruk i sykehjem og samstemming av legemiddellisten og riktig legemiddelbruk i hjemmetjenesten.



Spør du ofte nok om riktig legemiddel



Smarte hjelpemidler

Visste du at det ikke er det samme når på døgnet du tar legemiddeldosene dine? Noen legemidler skal tas om kvelden, noen skal tas til mat, noen skal tas utenom måltider, noen skal ikke tas i kombinasjon med andre, osv. Det å ta legemidler til bestemt (og riktig) tid er ikke alltid enkelt i en travelt hverdag eller når man trenger pleie. Både det å huske å ta medisinen på et gitt klokkeslett og det å huske om man har tatt dem (for eksempel i en antibiotikakur med fire doser fordelt over døgnet). På apoteket finnes det gode hjelpemidler som gjør hverdagen enklere for deg som bruker legemidler.

Et slikt smart hjelpemiddel kan være en dosett. En dosett inneholder rom til tabletter for hver dose i løpet av dagen. Dosetten gjør det enklere å holde orden på tabletterne og på tidspunktene du skal ta medisinen dine på. Den gir dessuten en grei oversikt, og det gjør det enkelt for deg å ta med deg alle legemidlene du bruker når du for eksempel skal reise bort.

Et annet hjelpemiddel er multidoser. Multidose er fremtiden. Istedenfor at tabletter legges manuelt i en dosett, pakkes legemidlene dine ferdig i små poser. Posene henger sammen i en remse og er merket tydelig med navnet ditt og dato og klokkeslett for inntak av legemidlet. På hver pose står det også navn på medisinen samt styrkebetegnelse og antall tabletter eller kapsler. Multidose egner seg spesielt godt for hjemmesykepleie og sykehjem fordi det trykker legemiddelbruken og er tidsbesparende i institusjoner. Her brukes multidose i stor skala. I tillegg er det stadig flere privatpersoner som benytter seg av dette tilbudet (for eksempel pårørende



av eldre eller barn). Det å ha dosert legemidlene på forhånd og få ferdigpakkelegemidler i bruksdoser, gjør hverdagen enklere og tryggere. Boots apotek har Norges største multidoserproducent – i Askim – som pakker for over 20 000 brukere hver dag.

Et tredje hjelpemiddel er «medisindagboken» (spesielt utviklet av Boots apotek for barn):

Det er ikke alltid så lett å få barn til å ta medisiner. Men det finnes gode råd og enkle hjelpemidler som kan bidra til at det går lettere. I medisindagboken klister barnet inn ett klistremærke for hver dag det har tatt medisinen sin som avtalt. Når hele dagboken er fylt ut, kan



Er du klar for at din neste resept er en e-resept?

- Ordningen med e-resept er nå innført i Norge
- Alle Boots apotek er klare til å ta imot din e-resept nå
- Trygt, enkelt og sikkert i Boots!

E-resept betyr "elektronisk resept". I stedet for å skrive ut resepten på papir, sender legen resepten elektronisk til en sentral offentlig database (reseptformidleren). Du kan hente medisinerne dine på et hvilket som helst apotek. På apoteket oppgir du navn, personnummer (fødselsnummer) og hvilke legemidler som skal hentes. Personalet på apoteket kan be om legitimasjon.

Informasjon og veiledning om e-resept

Mange lurer på hvordan de skal sjekke om resepten er "kommet frem" – hva de har liggende klart osv. Dette kan du finne ut av på Internett. Gå inn på www.helsenorge.no/mineresepser, og logg deg på for eksempel med BankID. Under Mine resepter finner du oversikten over dine e-resepter. Hvis du ikke har tilgang til Internett, kan vi på apoteket hjelpe deg med å finne ut hvilke legemidler du har gyldig e-resept på. Systemet er trygt og enkelt for deg som bruker. Du trenger ikke papir – du vet alltid hvor reseptene dine er. Hvis du skal ha fornyet resept, men ikke trenger konsultasjon, behøver du ikke å dra til legen for å hente resepten. Legen kan sende resepten elektronisk til reseptformidleren, og du kan hente ut legemidlene dine på det apoteket som passer for deg, enten du er hjemme, på jobb, på hytta eller på ferie i Norge.

Økt sikkerhet

Legen har ansvar for å velge riktig behandling og skrive ut resepter på legemidler, mens apoteket har ansvar for korrekt utlevering og god informasjon om riktig bruk av legemidlene. I tillegg til å være veldig nyttig og praktisk for brukeren er e-resept også nyttig for legen og for apoteket. Legen får bedre oversikt, og apoteket kan laste resepten rett inn i ekspedisjonssystemet sitt. Legen får også melding når du som pasient har fått utlevert noe fra apoteket. Dette kan bidra til at feil og misforståelser unngås, for eksempel når du skrives ut fra sykehus eller må bruke flere leger eller apotek.



boots.no
[f /bootsapotek](https://www.facebook.com/bootsapotek)

debruk på apoteket?

barnet komme til sitt Boots apotek og få en premie. Med en medisindagbok holder du bedre oversikt over legemiddelbruken, og barnet motiveres til å ta medisinerne sine – i riktig dose og til riktig tid.

Legemiddelsamtalen

En legemiddelsamtale er en uforstyrret samtale med farmasøyt om legemidlene du bruker. Den private samtalen foregår i apotekets informasjonsrom, og det er du som bestemmer hvilke tema som skal tas opp. Hensikten med en legemiddelsamtale er å svare på spørsmål om riktig bruk av legemidlene og gi økt trygghet i legemiddelbehandlingen.

Legemiddelsamtale er en helsetjeneste som tilbys i alle Boots apotek. Du bestiller time når det passer deg, og avtaler ved timebestilling hvilke spørsmål og problemstillinger du ønsker svar på. Farmasøyten forbereder seg så til samtalen med deg. Ta med medisinalisten din, som gir en oppdatert oversikt over legemidlene du bruker. Medisinalisten får du hos fastlegen din, og den er nyttig i mange sammenhenger. Mange kan ha nytte av en legemiddelsamtale.

Det gjelder i særlig grad de som bruker mer enn fem legemidler samtidig, men er et fint tilbud til alle som har spørsmål omkring legemidler de har kjøpt. Farmasøyter er legemiddelekspert, og vi hjelper deg gjerne med gode svar på dine spørsmål. Avtal tid for en legemiddelsamtale!

I legemiddelsamtalen kan du for eksempel få svar på følgende spørsmål:

- Kan tablettene deles eller knuses?
- Hvordan virker legemidlene mine?
- Når og hvordan bør jeg ta legemidlene mine for å få best effekt?
- Hvilke bivirkninger kan jeg oppleve, og hvordan kan jeg eventuelt håndtere dem?
- Hva gjør jeg hvis jeg glemmer å ta en dose?
- Kan jeg ta legemidlene til mat?
- Kan jeg ta flere legemidler samtidig?
- Kan jeg bruke reseptfrie legemidler eller naturmidler sammen med de faste legemidlene mine?
- Kan jeg kjøre bil når jeg bruker disse legemidlene?

RIKTIG BRUK OG OPPBEVARIN

Kan jeg knuse eller dele tabletter uten delelinje?

– Nei, da kan effekten av medisinen reduseres, opplyser Øyvind Holte, forsker ved farmasøytisk seksjon i Legemiddelverket.



G AV MEDISINER

Alle medisiner inneholder ett eller flere virkestoffer, og det er virkestoffene som gjør deg friskere. I tillegg inneholder de hjelpestoffer som skal pakke inn og holde sammen virkestoffene i medisinen.

Trygge ingredienser

– Det er hjelpestoffene som sørger for at virkestoffene blir tatt opp i kroppen på riktig måte, forklarer Holte. For å oppnå ønsket effekt av medisinen er det viktig at du alltid leser pakningsvedlegget og følger rådene for hvordan du skal ta og oppbevare medisinen dine.

– Hjelpestoffene vi bruker, er trygge. Hovedregelen er at det som er lov i mat, er lov i medisiner. Det vil si at konserveringsmidler og fargestoffer i medisinen godkjennes i små mengder, forteller Holte.

Formen viktig for innholdet

Form og hjelpestoff er viktig for at medisinen fungerer riktig. Det gjelder særlig medisiner som skal virke over lang tid, for eksempel depotkapsler. – Det er ikke like viktig for hurtigvirkende medisiner, som sugetabletter og smeltetabletter. De virker raskt fordi medisinen (virkestoffet) tas opp i blodet gjennom munnhulen, ikke via mage/tarm, som er det vanlige, forklarer Holte.

Hvis du deler en depotkapsel, ødelegges det et beskyttelsesskall utenpå kapselen. Beskyttelsesskallet er viktig for medisiner som skal ha en jevn effekt over lang tid, som smertestillende.

– Dersom vi knuser eller deler denne typen kapsler, løses virkestoffet opp allerede i magesekken. Magesyren reduserer effekten, og du oppnår ikke ønsket virkning, informerer Holte. – Du risikerer å få hele medisindosen med én gang, fremfor at den fordeles over flere timer. Det kan gi bivirkninger.

Oppbevaring – varmt eller kaldt?

Medisiner har ikke ubegrenset holdbarhet, og virkestoffene brytes ned



”

Norske pasienter skal være trygge på at legemidler de kjøper på apotek, har god kvalitet. Derfor må de godkjennes av Legemiddelverket før de kan selges.

Øyvind Holte, Legemiddelverket.

etter hvert. Alle medisiner skal være merket med utløpsdato. Det skal også være informasjon om hvordan de skal oppbevares, slik at medisinen får optimal effekt. På et bad er det ofte varmt og fuktig, og ikke alle medisiner tåler det. Lys kan forringe kvaliteten på medisinen, derfor er oppbevaring i skap en god løsning.

– Flytende medisiner som miksturer, for eksempel hostesaft, må ristes godt før bruk, siden virkestoffene synker til bunnen under oppbevaring. Ofte er slike medisiner også mer utsatt for lys, avslutter Holte.



Foto: Irene Sandved Lundø

DELE MEDISIN: Noen medisiner skal ikke deles eller knuses før du tar dem, da kan hjelpestoffene miste funksjonen sin. For at virkestoffet skal gi den ønskede effekten, må det bringes trygt frem til riktig sted i kroppen.

ANNONSE

Nå er e-resept snart tilgjengelig over hele landet. Har du e-resept kan du bestille klargjøring av resepten i forkant på vitusapotek.no/e-resept. Da slipper du å vente på apoteket mens resepten din blir behandlet. Når bestillingen din er klar til henting, mottar du en SMS fra oss.

E-RESEPT ER LITT ENKLERE HOS VITUSAPOTEK



- ◆ Bestill klargjøring av resepten på **vitusapotek.no/e-resept**
- ◆ Velg hvilket Vitusapotek du ønsker å benytte
- ◆ Motta SMS når bestillingen din er klar*
- ◆ Hent medisinen dine hos Vitusapotek

*Innen én virkedag, forutsatt at apoteket har varene på lager.

www.vitusapotek.no/e-resept



vitus|apotek

Bivirkninger er uønskede virkninger av medisiner. Alle medisiner kan gi bivirkninger. Nytten av en medisin skal være større enn risikoen for alvorlige bivirkninger.

MELD BIVIRKNING

Alle bivirkninger av en medisin er ikke kjent på det tidspunktet den godkjennes, dette gjelder spesielt sjeldne bivirkninger. Årsaken er at medisinen frem til da bare er prøvd ut under kontrollerte forhold, på utvalgte grupper pasienter og friske frivillige. Når medisinen tas i bruk på svært ulike pasienter, vil det alltid oppdages nye bivirkninger.

Hvorfor melde bivirkninger?

Meldingen din brukes i arbeidet med å gjøre medisinbruk tryggere. Informasjonen du gir, kan gi oss ny kunnskap om hvordan bivirkninger påvirker medisinbruk og livskvalitet.

Hvordan melder jeg en bivirkning?

Ved hjelp av meldeskjema på Internett (helsenorge.no) kan du melde bivirkninger. Meldeskjemaet krever innlogging ved hjelp av en elektronisk ID (MinID, BankID, Commfides eller Buypass) via ID-porten. Alle meldinger blir behandlet anonymt. Du finner innlogging til tjenesten via www.helsenorge.no.



– Du kan selv melde bivirkninger av medisiner ved hjelp av meldeskjema på Internett. Du kan også melde bivirkninger på vegne av dine nærmeste.

ANNONSE



Vi utvikler legemidler for å bedre, forlenge og redde liv.

Klinisk forskning er viktig – også i Norge. Novartis har gjort et strategisk valg om å satse på klinisk forskning i en tid hvor antall kliniske studier i Norge generelt har vært nedadgående. Novartis er det legemiddelfirmaet som investerer mest i klinisk forskning og utvikling*. I Norge er vi mer enn 15 medarbeidere som jobber med kliniske studier. Kompetanse er viktig, og avdelingen har ansvaret for å planlegge og gjennomføre kliniske studier innen en rekke terapiområder som f.eks. kreft, hjerte/kar, diabetes, psoriasis, transplantasjon, KOLS og multipel sklerose (MS). Vi har til enhver tid 45-50 kliniske studier gående i Norge. Mer enn 450 pasienter deltar i disse studiene fordelt på over 100 studiesentra på sykehus, i spesialist- og allmennpraksis over hele landet.

* <http://www.economist.com/blogs/graphicdetail/2012/10/focus-7?src=rss>



NOVARTIS Vi er Novartis. Vi leter. Alltid.

Novartis Norge AS • Postboks 4284 Nydalen • 0401 Oslo • Tlf: 23 05 20 00 • Faks: 23 05 20 01 • www.novartis.no • NO1301075619

ER

ANNONSE

SYKEHUSAPOTEKENE

- apotekene i spesialisthelsetjenesten
- Vi forsyner sykehusene med
- legemidler
- farmasøytiske tjenester



- og pasientene med
- legemidler
- råd og hjelp på veien mellom omsorgsnivåene

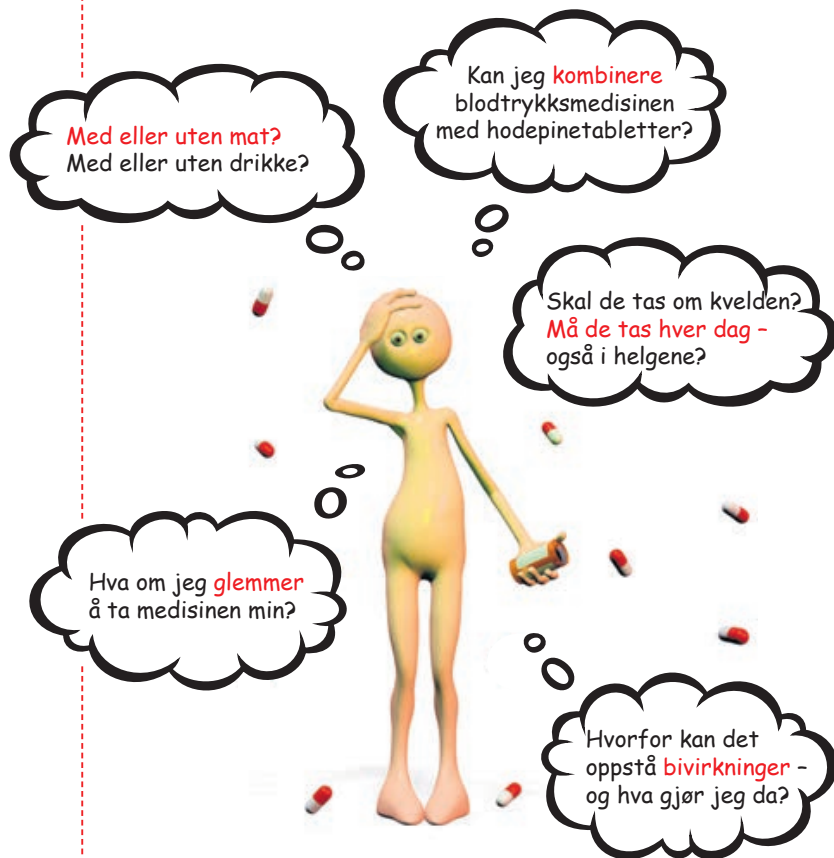


Foto: Kyrre Lien

MELD FRA: Ta kontakt med lege eller farmasøyt ved plagsomme bivirkninger.

Sykehusapotekene- en del av spesialisthelsetjenesten

ANNONSE



Lurer du på noe når det gjelder legemidler og bruken av dem?

SPØR LEGEMIDDELEKSPERTEN – SPØR FARMASØYTEN!

Vi har ekspertise på legemidler og kan gi deg gode råd om riktig legemiddelbruk.

Farmasøyter du kan spørre, finner du her: apotek, legemiddelfirma, sykehus, universitet og høyskoler, Legemiddelverket med flere.

Visste du at: Farmasøyter finnes i alle apotek og der legemidler utvikles, produseres og lagres. Vår viktigste oppgave er å sørge for riktig og trygg legemiddelbruk.



**NORSK
FARMASØYTISK
SELSKAP**

NFS arbeider for bedre utnyttelse av farmasøytisk kompetanse. Vi skaper arenaer for debatt, nettverksbygging og kompetanseheving.

HUSK

- Paracetamol bør være førstevalget for de aller fleste.
- Be om råd på apoteket eller hos legen din hvis du er usikker.
- Det er særlig viktig å be om råd hvis du bruker andre medisiner.
- For pasienter som bruker flere medisiner, er det viktig med en medisinliste. Vis frem denne når du ber om råd. Listen får du hos fastlegen din.

Kontakt lege:

- ved akutte, sterke smerter uten en opplagt forklaring
- ved dårlig effekt av smertestillende
- ved smerter som ikke gradvis bedres over noen dager
- ved smerter etter større skader

RESEPTFRITT MOT SMERTER

Reseptfrie smertestillende medisin kan kjøpes på apotek, i dagligvarebutikker og på bensinstasjoner. Det finnes flere ulike typer, og de har god effekt på kortvarige og moderate smerter.

Paracetamol (Paracet, Panodil, Pinex, Pamol) anbefales som førstevalg, forteller Morten Finckenhagen, overlege i Statens legemiddelverk. Den har en god smertestillende og febernedssettende effekt og få bivirkninger, og den kan kombineres med de fleste andre legemidler. Paracetamol skal derimot ikke brukes ved alvorlig leversykdom.

– Ibuprofen (Ibux, Ibumetin, Ibuprofen, Burana). Dette er en betennelsesdempende, smertestillende medisin som har god virk-

ning på smerter og feber. Ibuprofen gir hyppigere bivirkninger enn paracetamol og kan være skadelig i kombinasjon med andre medisiner. – Den skal ikke brukes av gravide eller pasienter med astma, allergi, magesår, hjertesykdom, høyt blodtrykk eller blødningsstendens, opplyser Finckenhagen. Eldre bør ikke bruke ibuprofen uten å rådføre seg med lege eller apotekansatte, tilføyer han.

På apotek får du også kjøpt andre typer smertestillende medisin uten resept:

– Naproxen (Naproxen) og diklofenak (Voltarol) virker på samme måte som ibuprofen og må derfor ikke brukes av de gruppene som er nevnt under omtalen av ibuprofen.

– Fenazon (Fanalgin, Fenazon-Koffein) anbefales ikke som førstevalg, men kan prøves ved manglende effekt av paracetamol. Den har en del bivirkninger og anbefales ikke brukt av eldre.

– Acetylsalisylsyre (Globoid, Aspirin) ble tidligere brukt mye. Den har god smertestillende og febernedssettende virkning, men

flere bivirkninger enn andre smertestillende, så les pakningsvedlegget nøye. Acetylsalisylsyre skrives ofte ut på resept i små doser som forebyggende medisin mot blodpropp og hjerteinfarkt (Albyl-E).

Gode råd

– Spør alltid apoteket eller legen din når du er tvil, oppfordrer Finckenhagen. – Hvis du har en medisinliste, kan du vise den og få råd om hva du bør velge. Les alltid pakningsvedlegget, og bruk ikke mer enn anbefalt dose uten å snakke med lege.

Søvn, hvile, mat og drikke kan ha gunstig effekt på mange typer smerte, og fysisk aktivitet virker ofte forebyggende.

En undersøkelse gjennomført av RELIS (Regionale legemiddelinformasjonsentre) viser at ungdom ofte kopierer foreldrenes holdninger til medisinbruk. Enkelte bruker smertestillende daglig, mens de fleste har en restriktiv bruk.



”

Fysisk aktivitet er ofte et bedre alternativ enn smertestillende.

Morten Finckenhagen,
Legemiddelverket

– Jeg er **forsiktig** med smertestillende

Ida H. Gundersen studerer til master i rettsvitenskap ved Det juridiske fakultet i Oslo.

– Lange dager og mye lesing, spesielt i forkant av eksamener, kan gi hodepine, forteller Ida.

Hun har alltid en pakke med smertestillende i vesken. Lange dager på lesesalen, med lite frisk luft og høy belastning på øynene, kan gi hodepine.

– Jeg prøver alltid å drikke vann og trekke frisk luft i pausene, men av og til holder ikke det, forteller studenten.

Effektiv nødløsning

Ida er forsiktig med å bruke smertestillende.

– Får jeg vondt i hodet, så vet jeg at jeg blir

sengeliggende. Jeg ønsker ikke å gå glipp av undervisningen. Paracet eller Ibux er veldig effektivt en gang i blant – som en nødløsning – understreker hun.

Tilfeldig hva jeg kjøper

Om hun kjøper Paracet eller Ibux, kan være tilfeldig.

– Siden jeg er student, så kjøper jeg ofte det som er billigst. Får jeg råd fra apoteket, så følger jeg gjerne det, sier Ida.

Foto: Irene Sandved Lund

ANNONSE



I apotekene jobber det 2500 farmasøyter med høyskole- eller universitetsutdanning innen legemidler og helse.

Be om råd på apoteket

Apoteket er ditt aller nærmeste helsesenter, enten du er syk eller ønsker å holde deg frisk. Du trenger ikke å ha bestilt time for å få gode helseråd. Lurer du på noe om legemidlene du bruker – eller nesen renner, og halsen er sår – apoteket har gode råd. Hos oss er ingen helseplager for små til å bli tatt på alvor.

Det er 740 apotek i Norge. 6500 fagfolk med kompetanse innen legemidler og helse står til din rådighet. – Vi opplever at det er mange som har spørsmål om hvordan de skal ta legemidlene sine. Skal de tas sammen med mat eller mellom måltidene? Skal de svelges hele, eller skal de tygges? Kan jeg bruke disse ulike medisinene samtidig? Hva skal jeg gjøre hvis jeg opplever ubehagelige bivirkninger av medisinene mine? På apoteket er det bare å spørre, og du vil alltid få svar. Kan ikke apoteket hjelpe, henviser de deg til legen din, sier fagdirektør og farmasøyt Per Kristian Faksvåg i Apotekforeningen.

Det skal være trygt å bruke legemidler.

– Ofte ser vi at pasienter kan ha mange unødige plager som følge av legemiddelbruken. Særlig gjelder dette de som bruker mange legemidler samtidig. Det kan være lurt å diskutere med farmasøyten om plager som dukker opp, kan skyldes noen av

legemidlene man bruker. Kunnskapen til farmasøyten i apoteket kan hjelpe deg, sier Faksvåg.

– Vi vet at mange synes det er vanskelig å huske å ta legemidlene akkurat slik legen har sagt, og slik det er angitt på etiketten. Særlig hvis man tar medisin forebyggende, kan det være lett å glemme. Det finnes imidlertid enkle hjelpemidler som man kan få råd om i apoteket. For pasienter som bruker mange legemidler fast, kan multidoser være et alternativ. Da får man ferdigpakket alle legemidlene merket med dag og tid for når de skal tas. Et annet råd er å bruke doseringseske. Glemmer man å ta medisinene, blir effekten borte, og sykdommen kan blusse opp, minner Faksvåg på.

Alle legemidler kan både lege og skade.

– Man skal huske på at det som leger, også kan skade. Selv de mest dagligdagse medisinene, som pa-

racetamol, ibuprofen og nesespray mot tett nese, kan virke mot sin hensikt og heller gjøre tilstanden verre om de ikke brukes riktig og forsvarlig, sier Per Kristian Faksvåg i Apotekforeningen.

Det er høy tillit til apotekene. Alle apotek vil yte god service, og de ansatte på apoteket gir deg god informasjon om riktig og sikker bruk av legemidler. Apotekenes kompetanse er lett tilgjengelig for folk flest. Dette er bakgrunnen for at de aller fleste har stor tillit til apotekene. – Kompetanse i apotek kan utnyttes enda bedre i samhandling med andre helseprofesjoner til pasientens beste, påpeker Faksvåg.

Spør på apoteket! Der får du gode råd om helse og velvære.



Apotekforeningen
www.apotek.no

 **APOTEK 1**

 **vitus|apotek**

 **apotek**

 **ditt apotek**

Medisinbytte i apotek

En ordning som sikrer at apoteket tilbyr deg den billigste medisinen når det finnes flere likeverdige alternativer. Du kan trygt si ja til å bytte!

- Du får alltid den behandlingen legen har bestemt, selv om apoteket gir deg en medisin med et annet navn.
- Statens legemiddelverk garanterer at medisinene er like gode.
- Dersom du sier nei til å bytte, må du betale ekstrakostnadene selv.
- Legen sier nei til medisinbytte når det er medisinske grunner som taler mot bytte.

Ulike navn •
Ulikt utseende •
Samme virkning •



Byttbare medisiner

- inneholder akkurat samme virkestoff
- kan ha ulikt navn og utseende
- kan ha ulike hjelpestoffer
- kan ha ulik tekst i pakningsvedlegget

For mer informasjon:

legemiddelverket.no/medisinbytte

ANNONSE

Hvorfor sikkerhet er viktig

Falske legemidler som selges på nett utgjør en stor sikkerhetsrisiko for pasienter. Gjennom partnerskap med andre samfunnsaktører søker Lilly å verne om pasientsikkerheten og gjøre oppmerksom på faren ved falske legemidler.

Fra det øyeblikket en ny medisin oppdages og så lenge medisinen er tilgjengelig for pasientene, er vårt mål å sikre at medisinen fordeler og risikoprofil er kontinuerlig overvåket og kommunisert til myndigheter, helsepersonell og via dem til pasienter.

Ta vare på helsen din – kjøp medisiner trygt.
www.lilly.no



Lilly

Answers That Matter.

NOCPR00016

ANNONSE

Bedre, enklere og sikrere pasientbehandling – WinMed3

Vi har snakket om legemiddelsikkerhet med WinMed3-bruker Ivar Halvorsen, fastlege og overlege i Stavanger kommune. Halvorsen har, sammen med en av de andre overlegene, vært ansvarlig for å lage systemer for sikker legemiddelbehandling i Stavanger, med spesielt fokus på skjæringspunktet mellom sykehus og pleie- og omsorgsinstitusjoner.

Erfaringsbasert systemutvikling

Halvorsen oppsummerer utfordringen Stavanger kommune hadde: «Vi erfarte at hjemmesykepleien stadig var i tvil om hvilken legemiddelliste som skulle gjelde etter utskrivelse fra sykehuset. Pasientene kunne få forskrevet nye medikamenter, som hadde samme virkestoff som medikamenter de allerede sto på.

Da de kom hjem etter sykehusoppholdet, fortsatte de å få utlevert to forskjellige legemidler med akkurat samme virkestoff. Pasienten fikk altså to medikamenter i stedet for ett. Problemet var at hjemmesykepleierne kombinerte gammel og ny legemiddelliste.»

Legemiddelsikkerhet

Halvorsen og den andre overlegen innførte da et system der siste forskrivende lege har ansvaret for at legemiddellisten til pasienten er oppdatert. «Etter at vi tok i bruk e-resept i WinMed3 i juni 2012, er det mye enklere å holde legemiddellisten oppdatert.

Legemiddel-modulen i WinMed3 har



tett kobling mot det nasjonale registeret over hvilke legemidler som er forskrevet til en pasient (reseptformidleren), og det blir nå enkelt å oppdatere lokal legemiddelliste fra den.

Jeg har også mulighet til å skrive ut en brukervennlig legemiddelliste til pasienten, som gir en oversikt over alle e-resepter og legemidler pasienten bruker.» Legemiddellisten er utviklet av CompuGroup Medical Norge i samarbeid med Pasientsikkerhetskampanjen. Intensjonen med samarbeidet er å gjøre legemiddellisten mer pasientvennlig.

«En annen stor fordel i WinMed3, som øker legemiddelsikkerheten, er den tette koblingen til Felleskatalogen

for medisiner. Vi får dessuten varsel om interaksjoner (dvs. når kombinasjoner av legemidler kan utgjøre en fare for pasienten) på en brukervennlig måte som ikke hemmer arbeidsflyten. Dette er veldig nyttige hjelpemidler i min arbeidshverdag, og bidrar til å øke pasientsikkerheten.», avslutter Halvorsen.



CompuGroup Medical

CompuGroup Medical

Utvikler og leverer elektroniske pasientjournaler til primærhelsetjenesten, helsestasjoner, spesialister, legevakter og bedriftshelsetjenesten

- 7 av 10 allmennleger og halvparten av alle helsestasjoner i Norge bruker en av våre løsninger.
- Har levert systemer til helsebransjen i over 25 år.

Fordeler med e-resept i WinMed3

FORDELER FOR LEGEN:

Multitasking (gjør flere ting samtidig). I WinMed3 har vi laget løsningen slik at legen ikke trenger å vente mens listen lastes ned, men kan fortsette å jobbe.

Forbedret ytelse. Det er generelt god ytelse i e-resept for WinMed3.

Behold all historikk. I WinMed3 har vi en full konvertering av tidligere medisiner – også historiske.

God design. Legemiddelmodulen, som inneholder pasientens medisinliste, gir legen god oversikt med et blick.

Fullverdig integrasjon med resten av EPI. E-resept er fullstendig integrert i legemiddelmodulen og reduserer ikke ytelsen i WinMed3.

FORDELER FOR PASIENTEN:

Mer pasientfokus. Effektiv arbeidsflyt lar legen konsentrere seg om pasienten.

Sikrere legemiddeloversikt. Pasientvennlig legemiddelliste gjør det enkelt for pasienten å kommunisere til legevakt og sykehus hvilke medisiner pasienten går på. Legemiddellisten videreutvikles i samarbeid med Pasientsikkerhetskampanjen og vår referansegruppe.

Denne kan gi deg en bedre hverdag



Hvis du bruker den riktig

Bak hver tablett ligger millioner av timer med forskning og utvikling fra verdens fremste eksperter. Men effekten avhenger av at du bruker den riktig.

1. Snakk åpent med din lege om dine plager, så du får rett medisin
2. Lytt til lege/sykepleier og apotekpersonell, slik at du lærer hvordan medisinen skal tas
3. Si fra til legen hvis medisinen ikke virker som den skal

Pfizer er verdens største legemiddelselskap. Mange nordmenn bruker våre medisiner hver dag. Vår ambisjon er å være den fremste bidragsyter for riktig legemiddelbruk i Norge.

Vi ønsker deg god helse!

