

# Balansera mera Läkemedel



Anna Olsson Rundh, farmaceut  
Läkemedelsenheten, Region Värmland

# Läkemedel som kan öka risken för fall

- Smärtstillande
- Lugnande
- Sömnläkemedel
- Läkemedel mot högt blodtryck, hjärtsvikt och kärlkramp
- Vätskedrivande läkemedel
- Vissa medel mot prostataförstoring
- Parkinsonläkemedel

Ibland intas flera av dessa grupper samtidigt. Alkohol i kombination med framförallt smärtläkemedel, sömn- och lugnande läkemedel kan öka risken ytterligare.

# Vad kan jag göra för att minska risken för fall?

- Om du upplever yrsel, trötthet eller andra biverkningar av din medicin – prata med din läkare.
- Ta medicinen som ordinerat, ändra inte på egen hand.
- Vardagsmotion.
- Undvik mattor, sladdar och annat på golvet som utgör risk att ramla.
- Rör på fötter och ben innan uppstigning.
- Ett glas vatten på sängkanten.
- Använd stadiga inneskor eller halksockor.
- Använd utprovade hjälpmedel, såsom rollator.

# Aktuell läkemedelslista - vad gäller?

## Läkemedelslista från din läkare

FÖRTECKNING  
RECEPT

Dosapotek: Apotekstjänst Mejeriet  
Tel: 08-12345678



Personnummer: 19270420-9036

Namn: Sjödin, Fritz  
Adress: Testgatan 100  
12345 Teststaden

Stående, dispenserade läkemedel													
Insättning Datum	Förskrivare	Förmån	Behov	Läkemedlets namn, beredningsform och styrka	08	12	16	17	20	22	Dosering, användning och ändamål	Utsättning Datum	Förskrivare
181103 1 Perez		R		Alenat Veckotablett, tablett 70 mg	1						Test 1 tablett kl 08		
181020 1 Perez		R		Betolvidon, tablett 1 mg	1						Vitaminbrist 1 tablett kl 08		
181020 1 Perez		R		OxyContin, depottablett 10 mg	1					1	Nedtrappning 1 tablett kl 08 och 1 tablett kl 20		
181020 1 Perez		R		Cetirizin Mylan, filmdragerad tablett 10 mg	1						Allergi 1 tablett kl 08		
181020 1 Perez		R		Alvedon, filmdragerad tablett 500 mg	1	1		1		1	Smärta 1 tablett kl 08, 1 tablett kl 12, 1 tablett kl 17 och 1 tablett kl 22		
180425 1 Perez		R		Dolcontin, depottablett 30 mg	1	1	1			1	Smärta 1 tablett kl 08, 1 tablett kl 12, 1 tablett kl 16 och 1 tablett kl 20		
180424 1 Perez		R		Atenolol Mylan, tablett 50 mg	1					1	Supraventrikulär arytm 1 tablett kl 08 och 1 tablett kl 22		
180424 1 Perez		U		Trombyl, tablett 75 mg	1						Blodproppsprofylax 1 tablett kl 08		
180424 1 Perez		R		Seloken, tablett 50 mg	1						Hypertoni 1 tablett kl 08. Sänker blodtrycket		
180404 1 Perez		R		Amiloferm mite, tablett 2,5 mg/25 mg	D	D		D		D	Hypertoni 2 dagars schema, tabletter. Dag 1: 1 kl 8, 2 kl 22. Dag 2: 2 kl 12, 1 kl 17. Upprepa därefter schema.		

Stående, originalförpackningar														
Insättning Datum	Förskrivare	Förmån	Behov	Läkemedlets namn, beredningsform och styrka	08	12	16	17	20	22	Dosering, användning och ändamål	Antal uttag	Utsättning Datum	Förskrivare
181017 1 Perez		R		Spiriva Respimat, inhalationsvätska, lösning 2,5 mikrogram Orifarm AB 1 x 60 puff(ar)	1						kol 1 dos kl 08 i 12 månader	Förskr Kvar 4 4	191016	1 Perez

## Mina sparade recept

Personnummer AAAAMDD-NNNN				Högkostnadsperiod	
Namn		Efternamn Förmån		ny period ej påbörjad	
Köp	Recept giltigt tom	Förskrivna medicin (verksam substans)	Förskrivna mängd	Återstående mängd	
<input type="checkbox"/>	2014-01-19	Enalapril actavis tabl 5mg (Enalapril) 1 TABLETT 1 GÅNG DAGLIGEN. MOT HÖGT BLODTRYCK.	1x100 4 uttag	300 styck 3 uttag	
Utfärdat av: Lina Larsson, 08888888 Hälsokliniken, Alvesta Senaste uttag: 2013-04-24 Nästa uttag inom förmånen tidigast: 2013-06-24					
<input type="checkbox"/>	2013-07-01	Kävepenin tabl 1g (Fenoximetylpenicillin (penivillin V)) 1 TABLETT 3 GÅNGER DAGLIGEN. I 10 DAGAR MOT HÅLSFLUSS.	1x30 1 uttag	30 styck 1 uttag	
Utfärdat av: Lars Larsson, 08888888 Hälsokliniken, Alvesta Senaste uttag: Inget uttag gjort Nästa uttag inom förmånen tidigast: . . .					
<input type="checkbox"/>	2014-06-19	Metformin meda tabl 500mg (Metformin) 1 TABLETT KL 0800 + 1 TABLETT KL 1200 + 1 TABLETT KL 1700. BLODSOCKERSÅNKANDE. TAS VID MÅLTID.	3x100 2 uttag	300 styck 1 uttag	
Utfärdat av: Lars Larsson, 08888888 Hälsokliniken, Alvesta Senaste uttag: 2013-06-24 Nästa uttag inom förmånen tidigast: 2013-08-24					
<input type="checkbox"/>	2014-04-19 *	Panodil tabl 500mg (Paracetamol) 1-2 TABLETTER 4 GÅNGER DAGLIGEN VID BEHOV. MAX 8 TABLETTER PER DYGN. SMARTSTILLANDE	2x100 2 uttag	200 styck 1 uttag	
Utfärdat av: Lars Larsson, 088888 Hälsokliniken, Alvesta Senaste uttag: 2013-04-24 Nästa uttag inom förmånen tidigast: 2013-05-11					
<p>Du och din läkare kan ha kommit överens om ändrad läkemedelsbehandling utan att det framgår av denna utskrift, vid frågor kontakta din läkare eller ditt apotek</p> <p>Tag gärna med denna utskrift vid vårdbesök, som information till din läkare</p> <p>* Detta recept måste korrigeras innan det kan expedieras</p>					
Källa: Apotekens Service AB Receptregistret Utskrivet: 2013-06-29 12:24				Apoteket Kronan Apoteket AB Storgatan 17 61530 Vårdemarsvik Tel 0771 450450	
Listan gäller EJ som recept - This list is not to be used as a prescription valid for dispensing					

## Dosdispenserade läkemedel

# Checklista

- Jag tar den dos av läkemedel som jag är ordinerad och som står på min aktuella läkemedelslista.
- Jag använder dosett eller dospåsar.
- Jag går igenom mina läkemedel med min läkare en gång om året
- Jag frågar apoteket eller min läkare om jag har funderingar kring mina läkemedel
- Jag antecknar när jag får en ny medicin.
- Jag uppmärksammar om jag får symtom efter att jag startat en ny behandling eller ändrat en dos.



# Många läkemedel...

- Ju fler preparat desto större risk för biverkningar.
- Ju fler preparat desto sämre följsamhet, kan leda till underbehandling.
- Ju fler preparat desto större risk för interaktioner.



# Viktigt att tänka på...

- Rätt läkemedel är viktigare än antalet!
- Rätt läkemedel förändras över tid!
- Regelbunden utvärdering är nödvändig!



# Läkemedelsgenomgång

## Rätt läkemedel - rätt behandling

- Fråga på apoteket:
  - information när du hämtar ett läkemedel
  - läkemedelsrådgivning.

Funderingar efter det måste däremot tas till din läkare för eventuella läkemedelsändringar.

- Läkemedelsgenomgång





# Krossa/dela tablett

## Öppna kapsel

Om du har svårt att svälja, kontrollera gärna på apoteket om den kan delas/krossas/lösas upp.

- Effekt och bieffekter kan påverkas
- Läkemedel med modifierad frisättning (depå- och enteroberedningar) ska inte krossas.
- Alternativa beredningsformer kan finnas vid sväljsvårigheter såsom munsönderfallande tablett och lösningar.

# Receptfria läkemedel och naturläkemedel

- Inte alltid riskfritt!
- NSAID och ASA: Ska inte användas vid sänkt njurfunktion eller hjärtsvikt.
  - Ökar risk för magblödning.
  - Obs! Undvik om samtidigt Trombyl, clopidogrel, Brilique eller antikoagulantia.
- Naturläkemedel

# Tack för er uppmärksamhet!

