



Smarta råd om läkemedel för äldre

 Landstinget
Västernorrland

www.lvn.se



Med stigande ålder blir man mer skör och känslig för läkemedel. Här finns tips och råd om vad som är bra att tänka på när det gäller läkemedel samt information om vilka läkemedel som bör undvikas när man är äldre.

Att tänka på...

Inför ditt läkarbesök

- Tag med din läkemedelslista "Mina aktuella läkemedel" eller anteckna vilka läkemedel du använder och hur du använder dem.
- Anteckna även receptfria läkemedel och hälsokostpreparat.
- Förbered frågor till läkaren, skriv ner.
- Önskar du en genomgång av dina läkemedel, uppge det vid tidsbeställningen.

Under läkarbesöket

- Berätta för läkaren om du misstänker att du har biverkningar.
 - Använder du läkemedel som är mindre lämpliga för äldre? Se exempel på sista sidan i denna folder. Diskutera med läkaren om det går att byta till lämpligare.
 - Fråga om ändrade levnadsvanor kan förbättra din situation? T.ex. sjukgymnastik, artrosskola, KOL-skola etc.?
- 

Tänk på att...

...en anpassad läkemedelsbehandling är en bra behandling!

- Om du får recept på ett nytt läkemedel, ta reda på varför läkemedlet är bra för dig, hur länge du ska äta det och vad som händer om du inte tar/använder det.
- Vid tillstånd som kan ge uttorkning (t.ex. diarré och kräkningar) kan du behöva göra uppehåll med vissa av dina läkemedel. Fråga din läkare om du använder sådana läkemedel.
- Vid ändringar i din läkemedelsbehandling ska du få en ny läkemedelslista – ”Mina aktuella läkemedel”. Fråga efter den om du inte får den.





Tänk på att...

...inte låna läkemedel av någon annan. Både preparatval och dos är individuellt anpassade.

...det är bra att ha läkemedelslista och telefonnummer till nära anhörig i plånboken.

På apoteket

- När du hämtar dina läkemedel, be om kontroll i EES-systemet (Elektroniskt expertstöd - hjälpmedel för att upptäcka olämplig läkemedelsbehandling).
- Fråga om det är något speciellt du behöver veta om dina läkemedel.
- Var observant på om du får samma läkemedel som tidigare men med annat namn, för att undvika dubbelmedicinering.

[illegible]

Läkemedel	Yd	fr	obs	Natt	Vb	Dosering, användning och ändamål	Förskrivare	Utsädesdatum
Instillingsdatum (Läkemedelsnamn, läkemedelsform, styrka, ändamål)	07-09	12-18	20			Apliceras utvärts enligt föreskrift	Sten Frisk	2009-04-30
2009-03-27 Jenuel, Kåm, (Kåmefenak)						1 tablet 5 gånger dagligen 7 dagar mot blåttor	Sten Frisk	2009-03-31
2009-03-24 Diclofenac T ratipham, Flindragard tablet, 50 mg, (diklofenak)					vb	1 tablet 2-3 gånger dagligen vid behov i högst 14 dagar mot smärta	Sten Frisk	2009-04-07
2009-03-27 Nitrofin, Crata droppar, lösning, 2,5 mg/ml, (Nitroglycerin)						5 droppar 3 gånger dagligen mot klåda	Sten Frisk	2009-04-01
2009-03-24 Acetylcystein, Allercova, Brustablett, 200 mg, (acetylcystein)	1	1	0	1		1 brustablett 3 gånger dagligen som slemlöslöande	Sten Frisk	2009-04-23

Exempel på "Mina sparade recept på apotek" samt "Mina aktuella läkemedel".

- Om dina läkemedel ska läggas i dosett, försäkra dig om att det går bra. Vissa läkemedel måste förvaras i sin originalförpackning.
- Passa på att få hjälp med att ta bort inaktuella recept.
- Du kan få en sammanställning över vilka aktuella recept som finns på apoteket – ”Mina sparade recept på apotek”. Där står hur länge dina recept är giltiga och hur mycket som finns kvar att hämta ut. Men du ska inte medicinera efter denna lista, det gör du efter läkemedelslistan du fått från läkaren – ”Mina aktuella läkemedel”.

Vid intag av medicin

- Spara bipacksedeln, läs hur ditt läkemedel ska tas och hur det ska förvaras. Följ dessa råd, det finns alltid en medicinsk anledning. Vid tveksamhet kontakta apoteket.
- Om du glömt bort att ta en dos av läkemedlet, läs i bipacksedeln om uppgift finns hur du ska gå till väga eller rådfråga på apoteket.
- Vid tillstånd som kan ge uttorkning (t.ex. diarré och kräkningar) kan du behöva göra uppehåll med vissa av dina läkemedel.

Läkemedel som bör användas med försiktighet hos äldre

Vissa smärtstillande läkemedel

- Tramadol
- Tradolan
- Nobligan
- Tiparol
- Gemadol

*Risk för illamående samt
risk för yrsel och förvirring
som kan leda till fall.*

Antiinflammatoriska läkemedel (NSAID)

- Diklofenak, Voltaren, Eeze
- Ibuprofen, Ipreen, Burana, Ibumetin
- Naproxen, Pronaxen
- Orudis, Siduro
- Tradil
- Relifex

*OBS - gäller även
receptfria preparat!*

*Risk för påverkan på
njurar och hjärta.*

Läkemedel som bör användas med försiktighet hos äldre

Sömnmedel och lugnande medel

- Diazepam, Stesolid
- Nitrazepam, Apodorm, Mogadon
- Flunitrazepam
- Propavan

*Risk för trötthet dagtid,
svaghet i muskler och yrsel
som kan leda till fall.*

*Risk för myrkrypningar i
benen av Propavan.*

Vissa läkemedel med gemensamma biverkningar

- Theralen
- Nozinan
- Klomipramin/Anafranil
- Saroten
- Lergigan
- Atarax
- Ketogan
- Toviaz, Detrusitol, Vesicare, Emselex

*Risk för yrsel, illamående,
förstoppning, muntorrhet och
förvirring.*

Framtagen av Landstinget Västernorrland i samverkan med SPF och PRO.

Folder beställs från: lakemedelskommitten@lvn.se

2014-09



Landstinget
Västernorrland