

Medicatie	Mijn medicatieschema									Opmerkingen			
	ONTBUT			MIDDAGMAAL			AVONDMAAL						
	voor	met	na	10u	voor	met	na	16u	voor		met	na	20u
Lanitop		1											
Cardio-aspirine		1											
Glucophage		1										1	
Betaserc		1										1	
Plavix						1							
Zocor												1	
Oxybutinine												1/2	
Lisinopril												1/4	
Zolpidem												1/2	

Medicatieschema ontwikkeld aan de KULeuven, i.s.m. APB

Mijn apotheker: Apr. _____
Telefoon: / /

Mijn huisarts: Dr. _____
Telefoon: / /

TEST aANKOOP

Bij het opstaan

Bij het slapengaan

Het geneesmiddelenprofiel van een van onze respondenten. Bewaar het overzicht over uw medicatie met een dergelijk schema, te downloaden via www.test-aankoop.be/medicatiesenior.

gevuld. Beter zouden huisarts en patiënt bij elke consultatie samen bekijken welke geneesmiddelen nog nodig zijn, en welke controles moeten worden uitgevoerd.

62 geneesmiddelenproblemen

Om voorgeschreven medicijnen voor senioren te evalueren, bestaan er verschillende criteria. Soms is een geneesmiddel op zichzelf ongeschikt voor ouderen, soms enkel in bepaalde combinaties met andere medicijnen of afhankelijk van de dosis, de frequentie en de behandelingsduur. Op 186 medicijnen die chronisch worden gebruikt door onze 22 respondenten, detecteerden we maar liefst 62 geneesmiddelenproblemen. Volgens de Beerslijst, die de medicijnen op zich bekijkt, bleken 15 geneesmiddelen ongeschikt voor senioren. Op basis van de Bednurscriteria, die ook kijken naar de context waarin het medicijn is voorgeschreven, ontdekten we 17 problemen. Daarnaast waren er 30 combinaties die potentieel gevaarlijk zijn. Dit betekent niet dat al deze medicijnen zonder meer moeten worden vervangen of gestopt; soms is

een goede opvolging voldoende. En de patiënt moet goed worden geïnformeerd, zodat hij of zij bepaalde alarmsignalen zelf tijdig kan herkennen.

Dat we slechts bij 5 van onze 22 respondenten geen enkel probleem vaststelden, geeft aan dat een betere follow-up noodzakelijk is voor ouderen die veel medicijnen tegelijk nemen.

Medicatiereview brengt klaarheid

De meeste senioren uit ons onderzoek lijden aan klassieke chronische aandoeningen, zoals diabetes, hartfalen, longproblemen enz. Aandoeningen die sowieso moeten worden behandeld met een combinatie van geneesmiddelen. Polyfarmacie, die de kans op mogelijke problemen vergroot, is dus bijna onvermijdelijk. Medicatiereview, een nieuwe aanpak die in België nog in de kinderschoenen staat, kan een oplossing bieden om problemen tijdig op te merken. In landen als Australië, Canada en Nederland neemt de apotheker al op geregelde tijdstippen het geneesmiddelengebruik van patiënten kritisch onder de loep. Dit gebeurt niet alleen op

basis van de voorgeschreven geneesmiddelen, maar ook naargelang van de ervaringen van de patiënt. Na deze individuele analyse formuleert de apotheker dan een aantal aanbevelingen, die door de behandelende arts worden besproken met de patiënt.

Onderzoek toont aan dat een dergelijke monitoring en een goede communicatie tussen apotheker en arts een aantal problemen (inclusief ziekenhuisopnames) kan vermijden. Hoog tijd dus dat Belgische zorgverleners hier ook werk van maken. ❤️

Annelies Driesen en Daisy Van Lissum, i.s.m. KU Leuven en Wit-Gele Kruis Herentals

Aarzel niet om uw behandelende arts vragen te stellen

ONS ADVIES

Wees betrokken

- Speel zelf een actieve rol in het bewaken van uw gezondheid. Stel vragen aan uw behandelende arts en apotheker. Er is niets mis met een kritische houding. Gezondheidszorg blijft in de eerste plaats uw zorg.
- Vraag uw arts of apotheker om een fiche waarop staat welke geneesmiddelen u neemt en op welke momenten en in welke dosis u ze moet gebruiken. Bewaar dit papier bij uw medicijnen en laat het geregeld bijwerken. Op www.test-aankoop.be/medicatiesenior vindt u ook zo'n fiche.
- Overweeg een pillendoos. Dat kan u helpen om uw medicatie op de juiste tijdstippen in te nemen.
- Bespreek met uw arts hoe u uw gezondheid zelf kunt bevorderen en wat voor u haalbaar is (aangepaste voeding, lichaamsbeweging enz.).
- Experimenteer niet met geneesmiddelen van anderen. Dit kan ongewenste effecten uitlokken, vooral in combinatie met andere medicijnen die u neemt.
- Neem direct contact op met uw arts of apotheker wanneer u een nevenwerking ondervindt. Enkel dan kunnen zorgverleners het probleem samen met u proberen op te lossen.