

# LÄKEMEDEL OCH SENIORER

## TEMADAG

RONNEBY 17 SEPTEMBER 2019

**THONY BJÖRK**

Sakkunnig läkemedelsfrågor

# Thony Björk

- Sakkunnig i läkemedelsfrågor sedan den 1 september 2018
- Leg apotekare/marknadsekonom
  - Född 1955
  - Avtalspensionär sedan 2015



# Thony Björk - sakkunnig i läkemedelsfrågor

- Tidigare uppdrag / arbetsgivare
  - Kommunikationsdirektör Apoteket AB
  - Ordförande Sveriges Farmaceuter (SACO)
  - President i europeiska apoteksförbundet PGEU
  - Vice president i internationella apotekarfederationen FIP
  - Chefredaktör och förlagschef vid Apotekarsocieteten
  - Chefredaktör för Patient-FASS vid LIF

# Agenda

- **Varför uppstår problem med läkemedelsanvändning hos äldre?**
- **Projektet Koll på läkemedel**
- **Fallskador**
- **Frågor**

# Varför uppstår läkemedelsproblem hos äldre?

- Läkemedel rätt använda - förlänger liv och ökar livskvalitet.
- Studier visar att olämplig behandling med läkemedel förekommer hos äldre.
- En av tio akuta inläggningar av äldre på sjukhus, beror, helt eller delvis, på läkemedelsbiverkningar.
- Läkemedelsproblem hos äldre av två orsaker
  - A. Förändrad känslighet för läkemedel
  - B. Polyfarmaci, dvs användning av många läkemedel samtidigt

# Varför uppstår läkemedelsproblem hos äldre?

## A. Förändrad känslighet för läkemedel

- Mängden kroppsvatten minskar
- Leverns storlek och blodflöde minskar med stigande ålder
- Njurarnas funktion sjunker stadigt från 30-40 års ålder och är halverad vid 80 års ålder
- Med åldern minskar kapaciteten hos vissa organ
  - Effekten av lugnande medel och sömnmedel ökar
  - Den åldrande hjärnan är känslig för antikolinerga läkemedel
  - Regleringen av blodtrycket blir sämre, baroreflexen blir trögare
  - Skyddsmekanismer i magsäckens slemhinna försämras

# Varför uppstår läkemedelsproblem hos äldre?

## B. Polyfarmaci

- Ökar risken för biverkningar
- Ökar risken för interaktioner
- Kan ha ogynnsamma effekter på följsamheten till ordination

# Orsaker till polyfarmaci

- Flera diagnoser
- Otillräcklig utbildning i geriatrisk farmakologi
- Bristande kunskap om tex omvårdnadsåtgärder
- Varje symtom behandlas för sig
- Flera olika läkare skriver ut mediciner
- Bristande dokumentation och överföring av information
- Ordinationer omprövas inte



# Indikatorer för god läkemedels- terapi hos äldre

Socialstyrelsen (2004, 2010, 2017)

**Indikatorer för att förbättra äldres  
läkemedelsanvändning.**

Hur skall de användas:

- Stöd vid förskrivning
- Vid lokala uppföljningar, t.ex. läkemedelsgenomgångar för äldre.
- För uppföljning av förskrivningsmönster.
- Vid nationella uppföljningar och epidemiologiska studier.



Två typer av indikatorer:

- Läkemedelsspecifika
- Diagnosspecifika

# Indikatorer för god läkemedels- terapi hos äldre

## Läkemedelsspecifika

- **Generella eller Specifika**

### A. *Generella indikatorer*

Läkemedelsgenomgångar (75 år eller äldre och minst 5 läkemedel)

- besök hos läkare i öppen vård
- inskrivning i slutenvård
- påbörjad hemsjukvård och
- inflyttning i äldreboende
- en enkel läkemedelsgenomgång minst en gång per år under pågående hemsjukvård eller äldreboende.

# Indikatorer för god läkemedels- terapi hos äldre

## Läkemedelsspecifika

### *B. Specifika indikatorer (9 stycken)*

1. Preparat som bör **undvikas** om inte särskilda skäl föreligger – hög risk för biverkningar (ex. långverkande bensodiazepiner, tramadol, kodein)
2. Preparat för vilka korrekt och aktuell **indikation** ofta saknas eller är oklar (smärtstillande, lugnande)

# Indikatorer för god läkemedelsterapi hos äldre

*Specifika indikatorer (forts)*

3. Olämplig **regim** (vid behov, regelbundet, långvarigt ?)
4. Olämplig **dosering** (maxdoser?)
5. **Polyfarmaci** (likartad indikation, flera psykofarmaka?)
6. **Kombinationer** som kan ge kliniskt betydelsefulla interaktioner (C eller D i FASS)
7. Läkemedel och **njurfunktion** (försämrade utsöndring)
8. Läkemedel och **specifika** symtom (blodtrycksfall, fall, kognitiv störning)
9. Vissa lugnande medel och sömnmedel (lång verkningsstid, antikolinerga effekter)

# Okloka listan/Olämpliga läkemedel för äldre

Förteckning över läkemedel som är olämpliga för äldre patienter framtagen av Socialstyrelsen.

Kan sorteras efter:

- Kategori
- Substansnamn
- Preparatnamn

Listan finns på [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se)

.

# Koll på läkemedel

- Drivs gemensamt av SPF Seniorerna, PRO och SKPF Pensionärerna och Apoteket AB
- Syftet är att utbilda och stödja äldre patienter så att man själv kan verka för en bättre behandling.
- Många äldre får för många läkemedel eller läkemedel som är olämpliga för äldre.
- Detta försöker Koll på läkemedel motverka genom evidensbaserad opinionsbildning.

# Koll på läkemedel

- Regeringsbidrag 2016, 2017 och 2018
- Fokus har varit:
  - Olämpliga läkemedel till äldre
  - Läkemedel och fallskador
  - Jämlikhet i läkemedelsförsörjningen
- [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se)

# Bli en kompetent patient!

- Många läkemedel ger större än risk för biverkningar och ett dåligt behandlingsresultat
- Se till att ha information om läkemedlen och kunskap att ställa kloka frågor
- Experthjälp finns att få från apotek och sjukvården
- Resultatet av besöket på apoteket gör att samtalet med läkaren blir värdefullare.



# Bli en kompetent patient!

- Personlig läkemedelsrådgivning
- Läkemedelslistor från apotek (ordinerade)
- Läkemedelsförteckningen (uthämtade)
- Kontrollera dina mediciner (EES)
- Ställa kloka frågor till läkaren – kom ihåg svaren!
- Begär en läkemedelsgenomgång

# Kloka frågor och Kloka rättigheter



Beställ på [spfseniorerna.se/webbutiken](https://spfseniorerna.se/webbutiken)

# En läkare bör vara ansvarig

- Varje patient skall ha en ansvarig läkare med samlat ansvar för alla dina läkemedel
- Läkemedelsgenomgångar till alla 75 år och äldre och med 5 eller fler läkemedel



# Målen med Koll på läkemedel

- Halvera andelen 80 år eller äldre som har 10 eller fler receptläkemedel
- Halvera användningen av olämpliga läkemedel i åldersgruppen 80+
- Alla 75 år och äldre med 5 eller fler läkemedel skall erbjudas minst läkemedelsgenomgång årligen
- Högst ett generiskt utbyte under receptets giltighetstid och för de som är äldre än 75 år skall inget utbyte ske

# Koll på läkemedel följer utvecklingen 2010-2018

Två nyckeltal följs:

- Multimedicingering (46,8 – 47,6)
- Olämpliga läkemedel (31 – 13,9)
  
- Statistik finns per kommun

# Statistik Blekinge/Ronneby 2010-2018

Andelen 80+ med 10 eller fler läkemedel

**Ronneby 42,4 42,9 43,5 43,0 44,2 42,5 43,2 42,5**

**Blekinge 46,1 46,9 47,3 47,1 47,2 46,5 46,7 46,9 47,3**

Andelen 80+ med olämpliga läkemedel

**Ronneby 34,2 34,2 29,6 23,5 21,3 18,1 18,4 16,8 16,2**

**Blekinge 38,2 37,1 31,6 26,8 23,6 19,9 17,6 15,3 14,1**

# Fallskador orsakade av läkemedel

- 3 gånger fler avlider i fallolyckor än i trafiken
- I genomsnitt var tredje person över 65 år råkar ut för en fallolycka
  - Skörare skelett
  - Försämrade muskulatur
  - Sämre syn
  - Mediciner



Säkerhetskort framtaget

Starka smärtstillande medel, antidepressiva medel, lugnande läkemedel, sömnmedel och vissa medel mot hjärt-kärlsjukdomar kan öka fallrisken för äldre personer. Fråga din läkare eller på ditt apotek om dina mediciner kan orsaka yrsel eller dåsighet, enskilt eller i kombination med varandra. Läs mer och gör vår e-utbildning på [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se)

# Minska risken för fallskador

## Levnadsvanor

1. Träna styrka och balans.
2. Ät näringsrik mat.
3. Drick ordentligt.

## Kropp & sinnen

1. Ta hand om fötterna.
2. Kontrollera syn.
3. Kontrollera hörsel.

## När man går & står

1. Stadiga skor
2. Sitt en stund på sängkanten,.
3. Försiktig i våta utrymmen
4. Använd stöd när man går om du behöver det.

## Säkert hemma

1. Mattkanter, sladdar och trösklar.
2. Bra belysning!
3. Förvara saker som man använder ofta nära till hands



# SRF SENIORERNA