

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 apoteksföreningen 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 framtagna av Socialstyrelsen.

Kan sorteras efter:

- Kategori
- Substansnamn
- Preparatnamn

Listan finns på 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

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

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

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

