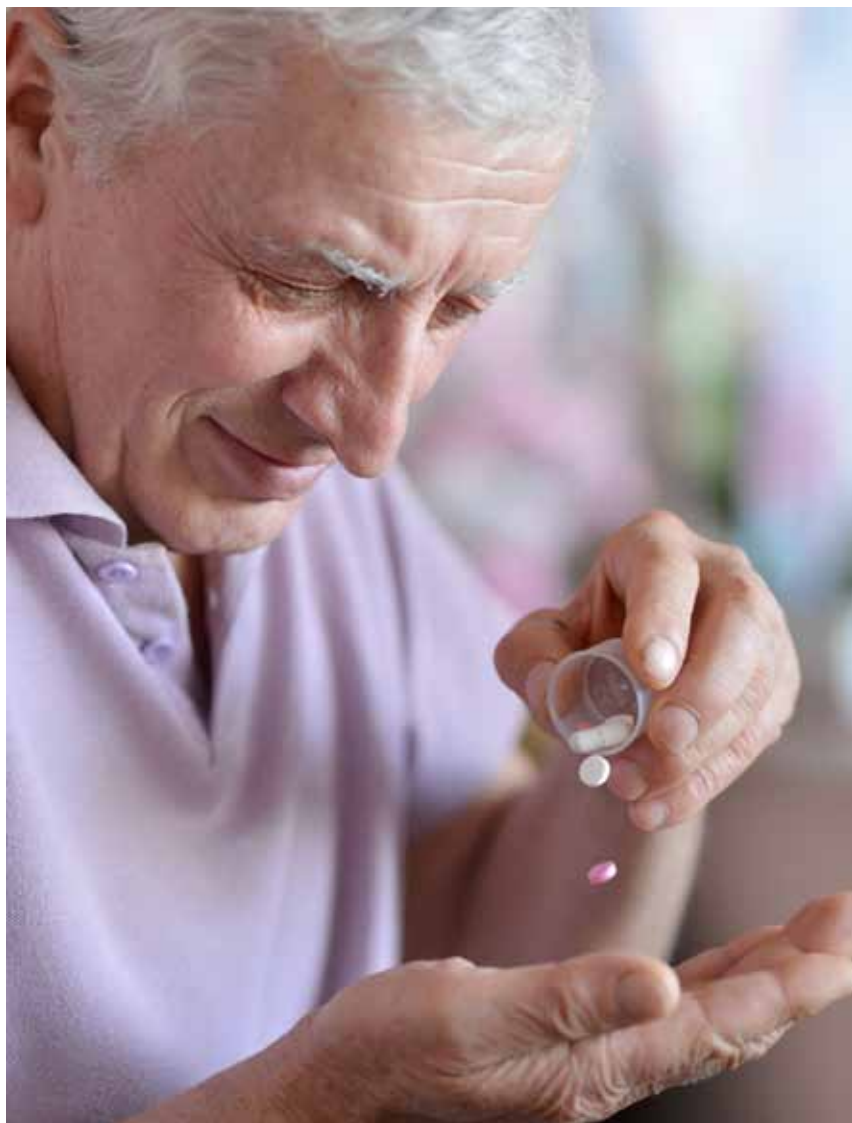




LHL

INFORMASJON OM LEGEMIDDELBRUK



Bruk av legemidler

For at behandlingen skal lykkes er det viktig at du bruker legemidlene dine riktig og følger den behandlingen du har avtalt med helsepersonellet. Riktig medisinsk legemiddelbruk kan medføre færre legemiddelrelaterte problemer, for eksempel unødige sykehusinnleggelses og sykefravær. Landsforeningen for hjerte- og lungesyke har derfor laget denne brosjyren som en veileder for bruk av legemidler, oppbevaring av disse og andre aktuelle råd.

Legemidlene har dokumentert nytte

Legemiddelindustrien forsker fram innovative legemidler som blir godkjent når de har et positivt nytte/risiko-forhold for en aktuell pasientgruppe med en spesifikk diagnose. Alle legemidler som finnes på markedet er godkjent av legemiddelmyndighetene og har dokumentert kvalitet, sikkerhet og effekt. I Norge er det Statens legemiddelverk (SLV) som er ansvarlig for godkjenning av legemidler. SLV samarbeider med andre europeiske myndigheter for at vi skal ha sikre og effektive legemidler på markedet. Legemidler kan også brukes på indikasjoner og i doser

som ikke er godkjente, dersom legen mener det er riktig i en gitt situasjon.

Legemidler virker ikke likt på alle

Mennesker er forskjellige. Det påvirker hvordan legemidlene tas opp i kroppen, brytes ned og skilles ut. Både effekt og bivirkninger kan variere fra pasient til pasient. Når et legemiddelfirma får markedsføringstillatelse på et legemiddel er det fordi kliniske studier har vist større nytte enn risiko hos den undersøkte pasientgruppen. Godkjent indikasjon (diagnose), dosering og annen informasjon i den godkjente preparatomtalen vil beskrive hvordan legemidlet skal brukes riktig. Sikkerheten til legemidler overvåkes kontinuerlig av legemiddelmyndigheter, og legemiddelfirmaene er pålagt å rapportere alle bivirkninger og andre sikkerhetsdata innen gitte tidsfrister.

Feil legemiddelbruk er erkjent som et stort helseproblem

Det er viktig at du følger behandlingsopplegget slik det er avtalt med legen. Det er også viktig at du har fått god informasjon og føler deg trygg på når du skal ta kontakt med

“ Det er viktig at du følger behandlingsopplegget slik det er avtalt med legen.

helsepersonell og/eller umiddelbart avslutte å ta et legemiddel, for eksempel ved alvorlige bivirkninger. I begynnelsen av behandlingsløpet er de fleste pasienter flinke til å følge behandlingsopplegget, inkludert å ta legemidler som avtalt. Når man føler seg bedre, eller ikke får den forventede virkningen, kan motivasjonen for å fortsette med legemidlet synke. Det er mange gode grunner til å avbryte eller endre en behandling, men det bør ikke skje uten dialog med legen, om det ikke er avtalt på forhånd.

Dersom du opplever bivirkninger, bør du diskutere dette med din lege. Et tidlig eller plutselig avbrudd i legemiddelbehandlingen kan i noen tilfeller ha uheldige konsekvenser for den enkelte pasient. For noen legemidler kan det være svært viktig å følge tidsplanen for legemidlet og også følge nøyaktig doseringsskjema.

Det er derfor svært viktig at du forstår hvordan legemidlet skal tas, og det kan noen ganger være til hjelp å få dette skriftlig.



Praktiske råd til deg som pasient

Sjekk resepten

Har du fått de medisinene du skal ha? Forstår du hva du har fått og hvordan du skal ta legemidlene? Når du får resepten fra legen, bør du sjekke at den er slik du forventet, at du forstår hvordan du skal ta legemidlene og hvordan de virker. Dersom resepten er elektronisk, (e-resept) be om å få en utskrift. Når du henter legemidlene på apoteket, bør du sjekke om du har fått det du behøver, og at du forstår hva du har fått. Dette er spesielt viktig dersom apoteket bytter til et annet tilsvarende billigere legemiddel. Det er strenge krav til hva apoteket skal kontrollere når du kommer med en resept. Dersom du har behov for informasjon om hvordan du skal bruke legemidlene riktig, kan du spørre farmasøyten på apoteket.

Les pakningsvedlegget

Pakningsvedlegget forteller hvordan legemidlet normalt skal brukes. NB! Legen kan ha avtalt annen bruk enn det som er nevnt i pakningsvedlegget, og da følger du din avtale med legen. Alle legemidler kan ha bivirkninger, og i pakningsvedlegget får du en oversikt over de bivirkninger som har blitt rapportert

ved bruk av legemidlet. Dette gjelder også de svært sjeldne bivirkningene. Dersom du blir engstelig når du leser oversikten over mulige bivirkninger, så ta gjerne en diskusjon med legen eller farmasøyten om dette. Hvis du opplever bivirkninger som er ubehagelige, kontakter du legen din, som vurderer om legemidlet skal trappes ned eller byttes. Noen bivirkninger er forbigående slik at man i en del tilfeller velger å se an om bivirkningen vedvarer. For noen legemidler kan det være alvorlige bivirkninger som gjør at du må avslutte behandlingen og straks ta kontakt med helsepersonell. Det kan være en god idé å forhøre deg om dette gjelder din behandling. Pakningsvedlegget og eventuell annen pasientinformasjon vil normalt også gi informasjon om det er noe du skal være spesielt oppmerksom på. Dersom du eller legen din ikke er fornøyd med et legemiddel, kan det være aktuelt å bytte til et annet virkestoff med tilsvarende effekt som kan passe bedre til deg og gi færre bivirkninger.

Varseltrekant – bilkjøring – alkohol

Legemidler som er merket med varseltrikant inneholder stoffer som



kan påvirke dine ferdigheter som sjåføør eller din grad av presisjon i utførelse av arbeid. Det er også viktig å merke seg hva Vegtrafikkloven sier i kapittel IV.

Fører av kjøretøy med mer § 21.

Alminnelige plikter:

Ingen må føre eller forsøke å føre kjøretøy når han er i en slik tilstand at han ikke kan anses skikket til å kjøre på trygg måte, enten dette har sin årsak i at han er påvirket av alkohol eller annet berusende eller bedøvende middel, eller i at han er syk, svekket, sliten eller trett, eller det skyldes andre omstendigheter.

Det er et generelt råd å være forsiktig med å kombinere alkohol og legemidler. Det finnes legemidler hvor virkningen påvirkes av alkohol. Hør med legen/farmasøyten dersom du er i tvil, samt les pakningsvedlegget.

Svart trekant – legemidler som skal overvåkes spesielt nøye

Europeiske legemiddelmyndigheter ønsker å overvåke noen legemidler mer intensivt, og disse er merket med en svart trekant. Den er synlig i pakningsvedlegget sammen med en kort forklaring: «Dette legemidlet er underlagt særlig overvåking for å oppdage ny sikkerhetsinformasjon så raskt som mulig. Du kan bidra ved å melde enhver mistenkt bivirkning».

Vanligvis vil dette gjelde helt nye legemidler, men det kan også gjelde legemidler hvor man for eksempel ønsker mer sikkerhetsdata ved langtidsbruk. Legemidlene er ikke utrygge av den grunn. Du kan melde mulige bivirkninger direkte til Legemiddelverket, til din fastlege eller annet helsepersonell, eller også til produsenten av legemidlet.

Interaksjoner – hvordan påvirker legemidler hverandre og hvordan påvirker kosttilskudd, næringsmidler og liknende?

Effekten av et legemiddel kan endres hvis du bruker andre legemidler, kosttilskudd og naturpreparater. Les pakningsvedlegget nøye – her vil du finne viktige opplysninger om interaksjon med andre legemidler

eller liknende. Hvis du er usikker bør du snakke med legen din eller en farmasøyt på apoteket.

Betydningen av å ta riktig dose til riktig tid – hjelpemidler til dette

Når du bruker legemidler er det viktig å ha en fast rutine for når du tar det/dem. Enkelte legemidler skal tas til spesielle tider av døgnet. Les det som står på apoteketiketten nøye. De legemidlene som ikke har slike spesifikasjoner bør også tas til samme tidspunkt hver dag slik at det blir en rutine. Du bør kjenne etter hva som passer for deg. Noen legemidler blir man slappe eller trøtte av og mange velger å ta disse om kvelden. Andre legemidler har rask virkning som man ønsker å oppnå i gitte situasjoner, og skal tas

når disse situasjonene oppstår (for eksempel anfallsmedisin).

Om du tar flere ulike legemidler kan det være nyttig å fordele medisinene i en dosett, gjerne for én uke av gangen. Dette er et nyttig hjelpemiddel for alle, ikke bare for pasienter som får hjelp til dosering, for eksempel av hjemmesykepleien.

Legemiddelliste

Alle som bruker flere legemidler bør til en hver tid ha en oppdatert liste over de legemidler man anvender oppbevart i vesken eller i lommeboken. Be fastlegen din skrive ut en liste over legemidlene du bruker, og husk å oppdatere den. Listen over dine legemidler er nyttig når du eventuelt må på legevaktt eller på sykehuset. Legemiddellisten er også nyttig å ta med når du er på reise. Hvis du har vært innlagt og fått nye legemidler som du skal ta, eller har fått legemidler utskrevet av spesialist, bør du informere fastlegen din om dette ved neste konsultasjon, og be om å få en oppdatert legemiddelliste.

Legemiddelgjennomgang

Din fastlege har ansvar for å koordinere din legemiddelbruk. Fastlegen skal med jevne mellomrom gjennomføre en legemiddelgjennomgang for pasienter som bruker fire eller flere ulike legemidler. Formålet er å redusere bivirkninger og interaksjoner, og gi en best mulig legemiddelbehandling for deg.

Kunnskap om virkestoffet i medisinen

Som fast bruker av et legemiddel bør du lære deg hvilket virkestoff / hvilke virkestoffer det er i legemidlet ditt. Det er nyttig informasjon for deg dersom apoteket bytter til et annet tilsvarende billigere legemiddel, eller om det oppstår en mangelsituasjon vedrørende ditt legemiddel.

Medisinbytte – hva skal du være oppmerksom på

Det kan av ulike årsaker være nødvendig å bytte et legemiddel du er vant med. I noen tilfeller kan et produkt bli tatt av markedet, eller det kan oppstå mangel på ditt legemiddel, og det må erstattes med et tilsvarende legemiddel hvis det finnes et alternativ. I andre tilfeller kan du få bivirkninger eller ikke god nok effekt av legemidlet. Da kan det være best for deg å forsøke noe annet. Ved et legemiddelbytte er det viktig at du tar det nye legemidlet slik legen har forskrevet. Det er viktig at du ved en endring forstår hvilke legemidler du skal forsette med og at du ikke tar det forrige legemidlet i tillegg, med mindre dette er avtalt med legen din. Når ett legemiddel byttes med et annet, bør du fjerne de legemidlene som du skal slutte å bruke. Aller helst bør du levere dem tilbake på apoteket samt få en ny legemiddelliste.

Kopimedisin – generisk bytte – hva er det?

Når du henter ut legemidlene dine



på apoteket, kan apoteket foreslå en tilsvarende medisin med et annet navn enn legemidlet som er forskrevet på resepten. Dette kalles et generisk bytte. Det betyr at man bytter et legemiddel med et annet legemiddel med samme virkestoff og virkeområde. Når et legemiddel har vært på markedet en gitt tid, mister legemiddelfirmaet patentet. Da kan andre firma produsere et tilsvarende legemiddel med samme virkestoff, men med et annet handelsnavn. Alle legemidler som du får på norske apotek er godkjente av Statens legemiddelverk.

Legen din kan reservere deg mot generisk bytte dersom det finnes individuelle medisinske grunner til det. Dersom du selv motsetter deg et slikt bytte, uten at legen er enig med deg, må du betale en høyere

egenandel. Denne egenandelen utgjør mellomlegget mellom prisene på de to legemidlene. Apoteket er pålagt å informere deg om rimeligste alternativ og prisforskjellen mellom legemidlene.

Hensikten med bytteordningen er at pasienter, leger og apotek skal medvirke til rasjonell legemiddelbruk. Ordningen omfatter både legemidler som pasienten selv betaler og legemidler som refunderes over blåreseptordningen.

Legemiddelsamtale med farmasøyt på apotek

Farmasøyter som jobber på apotek er legemiddelspecialister og kan være gode rådgivere, hvis det er noe du lurer på om bruken av legemidler eller kombinasjon av flere legemidler. Flere apotek tilbyr nå sine kunder

spesielle legemiddelsamtaler med en farmasøyt, der du kan snakke fortrolig i et avskjermet rom om det du måtte lure på om din legemiddelbruk.

Når du henter ut legemidler må du ikke nøle med å spørre om det du lurer på. Farmasøytene kan hjelpe deg med nyttig informasjon og gode råd. Farmasøyten skal også kvalitetssikre at du har fått riktige legemidler.

Oppbevaring av legemidler og holdbarhet

Alle legemidler skal oppbevares utilgjengelig for barn og gjerne i et låst skap. Baderommet er ikke et bra sted å oppbevare legemidler eller ha et medisinskap, da rommet ofte er fuktig og varmt. Du skal heller ikke dele reseptbelagte legemidler med andre. Disse er forskrevet til deg og ingen andre. Barn må ikke få

del av, eller hele legemiddeldoser/tabletter som er tiltenkt voksne.

Legemidler bør oppbevares i originalemballasje, men du kan fylle i doseringseske for én uke eller to av gangen. Les på pakningsvedlegget for informasjon om hvordan den enkelte medisinen bør oppbevares. De fleste legemidler bør oppbevares ved romtemperatur, tørt og gjerne på steder med lite lys. Enkelte legemidler har spesielle oppbevaringsbetingelser, som for eksempel at de skal oppbevares i kjøleskap. Om du er i tvil, snakk med personalet på apoteket, og les på etiketten eller pakningsvedlegget.

Vær oppmerksom på at legemidler har en holdbarhetsdato. Noen legemidler har kort holdbarhet etter at emballasjen er åpnet. Dette gjelder i særlig grad legemidler til øyne samt legemidler hvor det er spesielt viktig at de er helt rene. Ikke bruk legemidler etter utgått holdbarhetsdato.

Destruksjon av legemidler

Ingen legemidler skal kastes i vanlig søppel eller skylles ned i toalettet. Når et legemiddel ikke skal brukes mer eller har gått ut på dato, bør den leveres til apoteket. Apotekene har plikt til å ta i mot alle legemidler. Apotekene destruerer legemidler ved svært høy temperatur, slik at du også sparer miljøet ved å levere gamle legemidler til apoteket. Faren for feilbruk av legemidler blir større hvis du har legemidler som du ikke skal bruke stående hjemme.



Hva gjør du når du skal reise?

Når du skal ut å reise er det viktig at du har med deg tilstrekkelig med legemidler for den perioden du skal være på reise. Husk å ta høyde for mulige forsinkelser på reisen. Det er ikke sikkert at samme legemiddel er tilgjengelig i landet du skal besøke. Legemidlene bør, om mulig, oppbevares i håndbagasjen, slik at du kan bruke dine legemidler også hvis bagasjen blir forsinket eller tapt. Ha i alle tilfeller nok legemidler i håndbagasjen til å dekke reise og eventuelle forsinkelser. Du bør også ha med deg en oppdatert liste over de legemidlene du bruker, dersom du skulle være uheldig og bli innlagt på sykehus eller miste dine legemidler.

Ta med deg dokumentasjon som bekrefter at legemidlene er utstedt av din lege, for å være sikker på at du får medisinene med deg gjennom sikkerhetskontrollen. Et slikt dokument er også nyttig hvis det skulle oppstå vanskeligheter med å få med legemidler gjennom en grensekontroll. Vis også legemidlene uoppfordret i sikkerhetskontrollen. Om mulig bør legemidlene oppbevares i originalemballasjen med apotekets etikett på. Du bør også være forberedt på å forklare hvorfor du har disse legemidlene med deg.

For visse typer legemidler bør du ha med deg en attest dersom du reiser innenfor Schengen-området. Dette gjelder såkalte vanedannende legemidler, slik som sovetabletter, beroligende midler, sterke smerte-

stillende eller lignende. Hør med apoteket for å få en slik attest, dersom du har behov for det. Hvis du skal reise utenfor Schengen-området, må du forhøre deg om hvilke regler som gjelder for ditt reisemål, dersom du behøver å ha denne type legemiddel med deg.

Hvis du skal være borte lenger enn 30 dager og/eller behøver å ha med deg legemidler som klassifiseres som narkotika, bør du ta kontakt med Statens legemiddelverk for å få en eventuell attest.

Kjøp av legemidler på internett fra utenlandske nettsteder

Mange kan la seg friste til å kjøpe legemidler og naturpreparater på internett. Det er ikke å anbefale. Import og salg av legemidler i Norge krever spesifikk tillatelse fra Statens legemiddelverk. Privat import av legemidler til Norge for videresalg til norske brukere er ulovlig. I mange tilfeller er det ulovlig å importere legemidler for privat bruk.

Legemidler kan på visse vilkår kjøpes via internett innenfor EØS-området. Forutsetningen er at de er lovlig anskaffet. For eksempel må reseptpliktige legemidler være forskrevet av lege, og virkningen som selger legemidlene må ha tillatelser til slik omsetning fra landets legemiddelmyndigheter. Når legemidler er reseptbelagte i Norge har myndighetene vurdert at det må utføres en klinisk bedømming av en kvalifisert lege, for å avgjøre



hvorvidt det er en fordel for deg å bruke dette legemidlet. Det er også risiko for at legemidler som kjøpes på internett er falske. Dette gjelder også reseptfrie legemidler. Legemidler kjøpt på internett kan være uten virkestoff, eller ha for mye eller for lite virkestoff. Det kan også være forurensning / fremmede stoffer i legemidlet, slik at den forventede effekten av legemidlet ikke oppnås, eller det kan gi forhøyet risiko for alvorlige bivirkninger. Legemidler som selges uten å være kontrollert av legemiddelmyndighetene er ulovlige og kan være til fare for din helse.

“ Legemidlene bør, om mulig, oppbevares i håndbagasjen, slik at du kan bruke dine legemidler også hvis bagasjen blir forsinket eller tapt.

Landsforeningen for hjerte- og lungesyke

Tlf: +47 22 79 90 00 | Faks: +47 22 22 50 37

Besøksadresse: Storgata 33 A, 6. etasje, 0184 Oslo

Postadresse: Pb 8768 Youngstorget, 0028 Oslo
post@lhl.no, www.lhl.no

Ytterligere informasjon

Dersom du ønsker mer informasjon
kan du besøke følgende nettadresser:

- LHL.no
- Legemiddelverket.no
- Felleskatalogen.no
- Apotek1.no
- Vitusapotek.no
- Boots.no
- Pasientsikkerhetsprogrammet.no

Vi takker AstraZeneca
for samarbeidet

AstraZeneca 