

MEDICINER FÖR SENIORER

VAD PASSAR?

Karen Westerholm

Geriatriker

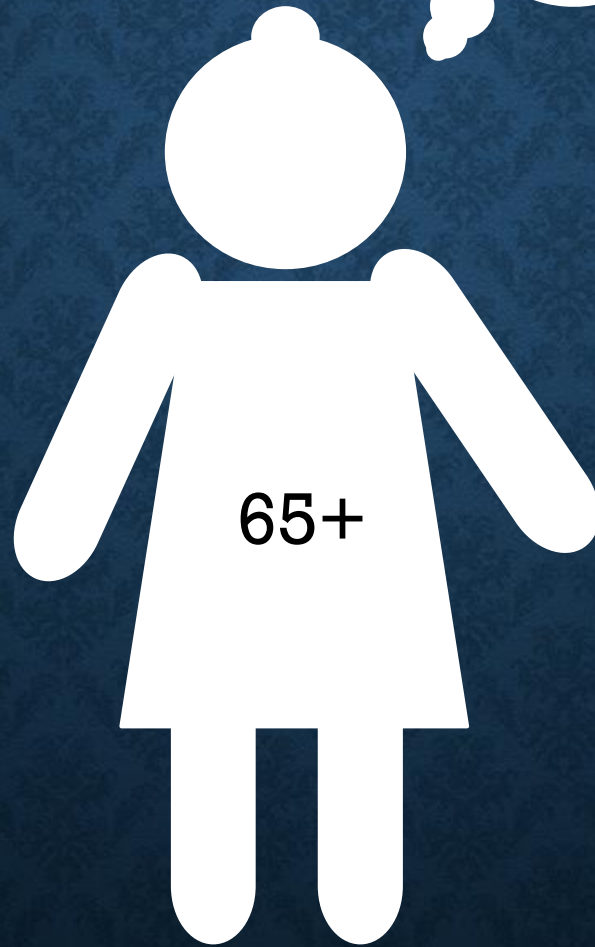
2.2.2018

VEM ÄR SENIOR/GERIATRISK ?



Varför behöver min
medicinering
justeras?

65+



ABSORPTION

Rätt lika

METABOLISM

Leverfunktionen försämras



DISTRIBUTION

Vattenhalten sjunker, i förhållande ökar fett

UTSÖNDRING

Njurfunktionen försämras
Leverfunktionen försämras

Känsligheten för mediciner förändras (tex. hjärnan)
Kompensationsmekanismerna för biverkningarna försämras.

PROBLEM VID POLYFARMACI

- Risken för interaktioner ökar, dvs. hur påverkar medicinerna varann?
- Risken för biverkningar ökar
- Behandlas biverkning av en medicin med en annan medicin?
- Risk för olämplig medicinering ökar
- Samma medicin i användning med olika namn?
- Patienten tar inte alla mediciner alla dagar
- Mediciner från olika instanser inom hälsovården
- Medicinerna kostar
- Vem bär helhetsansvaret för medicineringen?

- Mängden mediciner inte väsentlig, utan varför medicinerna är i användning
- Målsättningen är en balanserad, trygg, effektiv och även ekonomiskt klok medicinering

POLYFARMACI

UNDERMEDICINERING

- Påbörjas inte medicinering som har inverkan på sjukdomsförloppet
- Patienten tar inte sina mediciner

MEDICINER MED HÖGRE RISK FÖR PROBLEM

- Antikolinerga preparat
- Sedativa
- Psykosläkemedel
- Värkmediciner
- Antikoagulanter

ANTI-KOLINERGA PREPARAT

- Förvirring, trötthet, försämrad syn och torra ögon, svårigheter att urinera, muntorrhet, förstoppning
- Genom att påverkar tarmens motilitet påverkas även absorptionen av övriga läkemedel
- Minskar eller tar bort effekten av vissa Alzheimers mediciner
- Exempel på läkemedel:
 - Alla läkemedel mot urininkontinens
 - Äldre antihistaminer (tex. Atarax)
 - Muskelrelaxanter
 - En del depressionsmediciner (tricycliska)

SEDATIVA PREPARAT

- Sömnmediciner, lugnande mediciner
- Biverkningar: beroendeframkallande, tolerans uppstår, trötthet, försämrat minne, raddighet, allmän svaghet, urininkontinens.
- Tolerans och beroende kan uppstå snabbt. Inom ett par veckor kan medicinens effekt redan sjunka, biverkningarna kvarstår
- Sömnmedicin och lugnande bara vid behov
- Svår medicinering att avsluta, kräver långa avvänjningsperioder

PSYKOSLÄKEMEDEL

- Syn- eller hörselhallucinationer, vaneföreställningar, aggressivitet
- Psykotisk depression förekommer, schizofeni på äldre dagar ovanligt, oftast psykotiska drag i samband med demens
- Biverkningar: skakningar, stelhet, rörelserna blir långsamma, antikolinerga biverkningar
- Beteendestörning vid demens: små doser, möjligast korta perioder, utvärdering med 1 – 3 mån mellanrum.

VÄRKMEDICINER

- NSAID (anti-inflammatorisk värkmedicin, tex. Burana, Ketorin, Voltaren)
 - Försämrar effekten av blodtrycksmedicinering
 - Kan orsaka magsår, förvärra eller orsaka njusvikt, försvåra hjärtsvikt, öka svullnader
 - Ökar blödningsrisken, speciellt i samtidig användning med ASA (Primaspan, Aspirin), antidepressiva (SSRI) och kortison. Försämrar effekten av ASA.
 - OBS! Samtidig användning med Marevan – den ökade blödningsrisken syns inte på INR.
- Parasetamol
 - Grundmedicinering
 - Maximal dygnsdos 3 g, leverpåverkan
- Svag opioider: Tramadol (Tramal), kodein (Panacod), buprenorfin (Norspan)
- Kraftiga opioider: Morfin, oksikodon (Oxycontin), fentanyl (Durogesic, Matrifen)
 - Förstoppning, trötthet, minnssvårigheter, råddighet, svindel

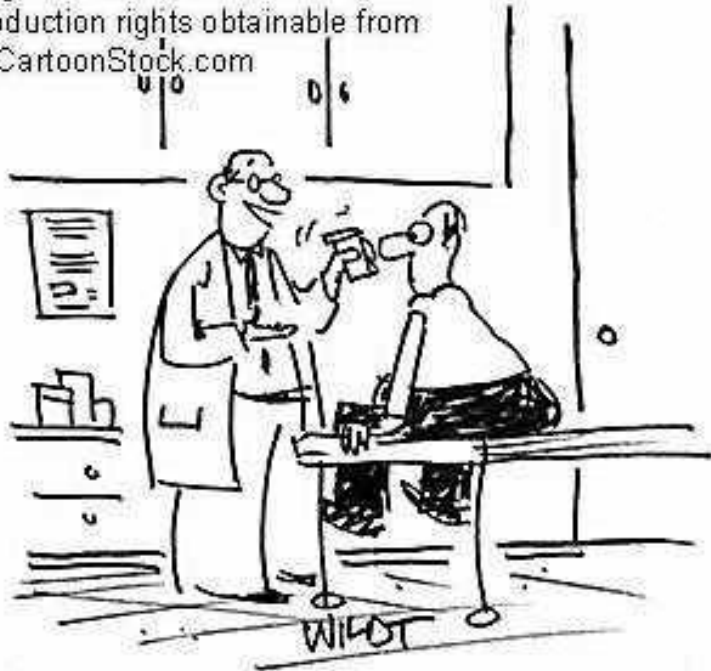
ANTIKOAGULANTER

- Marevan
 - Viktigt att observera att inte NSAID-produkter i användning
 - Interaktion med andra mediciner (tex. Daktarin, antibiotika)
 - Påverkas av födointaget
- NOAK
 - Försättningsvis samma NSAID-regler
 - Finns inget sätt att följa med om medicinen tagits
 - Inte tryggare (osäkrare) än Marevan bara för att INR inte mäts. Hb-kontroller.

UTVÄRDERA ÄVEN BEHOVET AV

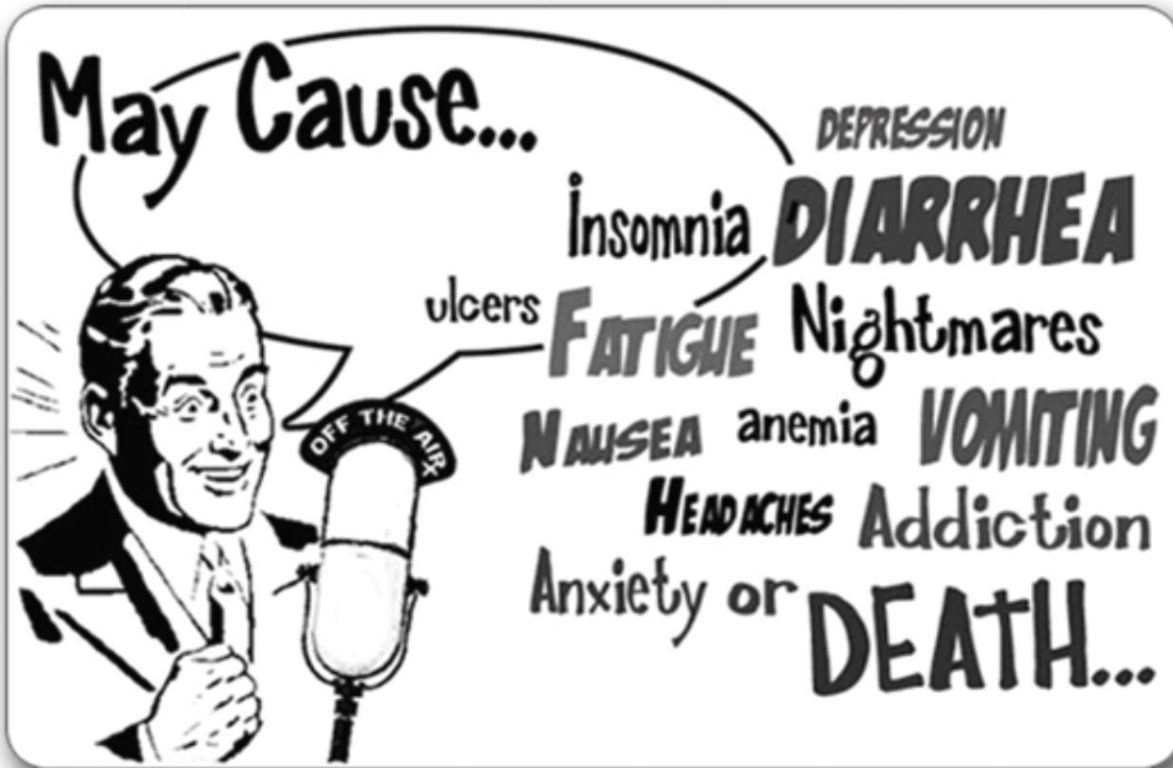
- Vätskeutdrivande medicinering
- Osteoporosmedicinering
- Antidepressiva
- PPI/Antacider (Somac, Nexium / Rennie, Gaviscon, Antepsin)
 - Höjer magsäckens pH -> minskad absorption av tex kalk, B12-vitaminer, folsyra
 - Inte samtidigt med fluorokinoloner (Tavanic, Ciprofloxacin), tetracykliner (Doximycin), bisfosfonater (Alendronat, Fosavance), levotyroxin (Thyroxin)

© Original Artist
Reproduction rights obtainable from
www.CartoonStock.com



"Listen, when the side effects of this medication kick in, you'll forget what was wrong in the first place!"

BIVERKNINGAR



- Muntorrhet, uttorkning, inkontinens
- Svindel, balansproblem, stelhet, muskeltkrämpor, darrningar, svårt att röra sig, fall
- Illamående, kräkning, undernäring
- Minnesstörningar, förvirring, beteendestörningar, depression, sömnlöshet, trötthet
- Hosta, snuva
- Njursvikt
- Blödning

HUR UNDVIKA PROBLEM MED MEDICINERING?

- Välplanerad läkemedelsbehandling kan upprätthålla eller förbättra funktionsförmåga och livskvalitet
- Patienter med många kroniska sjukdomar kan behöva många mediciner
- Årlig utvärdering av medicineringsbehovet och dess säkerhet

GERIATRISK LÄKEMEDELSBEHANDLING

- Se helheten (funktionsförmåga och övriga sjukdomar samt mediciner)
- Är just denna medicin nödvändig? Finns det alternativ? Vad är målsättningen för medicineringen – bot eller symptomlindring. Vanliga interaktioner? Biverkningar?
- Helst påbörjas/avslutas en medicin åt gången. Liten dos, effekten följs med. Anpassa till patienten. Informera.
- Uppföljning måste göras. Vem följer upp? Vilken är effekten? Biverkningar? Problem med att ta medicinen – finns det andra sätt att få i sig medicinen (tablett, lösning, plåster, spray). Behöver dosen justeras?
- Avslutande av mediciner i mån av möjlighet stegvis

DIN MEDICINLISTA

- Uppdateras (uppdatera) varje gång en medicinförändring sker
- Finns med dig där du rör dig, även till alla läkarbesök
- Namnet på medicinerna
- Vilken styrka
- Vilken tid på dagen
- Även de mediciner du tar v.b
- Skriv även upp alla receptfria mediciner och kosttillskott eller naturpreparat
- Förnya recepten i tid





MERA INFO

- Mat och medicin
- Förvaring av mediciner
- Naturkosttillägg
- Receptfri medicinering
- Förvaring av mediciner
- Sömnmediciner
- Kostnader

MAT OCH MEDICIN

- Uppsugningen oftast bäst på tom mage, med vatten
- Om möjligt separeras mat och medicinering
- Interaktion mellan medicin och mat
 - Marevan och grönt (K-vitamin)
 - Kalciumprodukter – vissa antibiotika, osteoporosmedicin i tablettform, Thyroxin
 - Järn – levodopa
 - C-vitamin förbättrar järnupptagning
- Problem med sväljning
 - Orallösning, tabletter som löser sig i munnen eller som man kan tugga, brustabletter, plåster, suppositorier
 - Mediciner som inte får krossas eller tuggas, depot- eller överdragna tabletter/kapslar som inte har halveringsskåra

FÖRVARING AV MEDICINER

- I de riktiga paketen eller i dosett, i ett skåp.
- Håll inte medicinerna framme på bordet: ljus, värme, fukt.
- Nitro förvaras i glasburk
- Mediciner som hålls kallt – akta väggen
- Föråldrade mediciner eller mediciner du inte längre behöver förs till apteket – INTE i roskis eller wc.

NATURKOSTTILLÄGG

- Natur betyder inte tryggt
- En del har interaktioner med mediciner (tex. Mäkikuisma Hyperiforce Nova och Marevan eller en del antidepressiva)
- Fiskoljepreparaten kan öka den bloduttunnande effekten av Marevan (inga naturkosttillägg med Marevan)
- Kan belasta levern
- Många är inte undersökta och får marknadsföras effektivt

RECEPTFRIA MEDICINER

- Inte ofarliga fast de kan köpas utan recept
- Har interaktioner med andra mediciner
- Finns opassliga mediciner för äldre
- Be om hjälp av aptekets farmaceut
 - Ta din medicinlista med dig!
 - Ibland används medicinkombinationer som inte är "perfekta", men optimala för dig och dina sjukdomar. Fråga läkare om farmaceut ger andra råd än läkaren har gett - farmaceuten har inte all information om dina sjukdomar. På motsvarande sätt har kanske inte läkaren information om alla mediciner du använder.

SÖMNMEDICINER

- 25% av åldringar
- Skall användas enbart tillfälligt, många använder dessa i tiotals år regelbundet
- Försämrar minnet och kognitionen
- Varför sover du dåligt? Värk? Rastlösa ben? Funderar du på något?
- Sömnhygienen? Mörkt, vilken temperatur? Vad dricker du på kvällen?
- Vaknar du pga behov av att gå på toaletten?
- Är orsaken till din dåliga sömn brist på sömnmedicin eller något annat??

KOSTNADER

- Ifall du har många sjukdomar kan medicinkostnaderna bli höga
- Finns det någon motsvarande billigare medicin? Är alla tabletter nödvändiga? Är alla receptfria mediciner nödvändiga?
- Hjälp via FPA – vårdbidrag för pensionstagare. Utkomsstöd.
- Läkemedelsersättning
- Takbelopp

