

Mietityttääkö lääkehoito?

Lääkehoitoon liittyvät kysymykset askarruttavat usein. Apua ja tietoa on saatavilla terveysasemilta ja apteekeista. Ohesta löydät tietoa mitä voit tehdä itse oman lääkehoitosi eteen ja mitä lääkehoitoon liittyviä palveluita terveysasemat ja apteekit tarjoavat.

Mitä voit tehdä itse kotona?

- Pidä yllä omaa lääkelistaasi
- Tulosta tai pidä lääkelistaa mukanasasi sähköisessä muodossa
- Muista pyytää vastaanottojen yhteydessä uusi lääkelista, erityisesti jos lääkitykseesi on tehty muutoksia
- Valmistaudu lääkehoitoa koskeville vastaanotoille pohtimalla seuraavia kysymyksiä:
 - Miten lääkehoito on sujunut kotona? Onko lääkkeen ottamisessa ollut ongelmia?
 - Oletko pystynyt käyttämään lääkettä määrätyn ohjeen mukaisesti?
 - Oletko muuttanut lääkkeen annostusta itse?
 - Oletko seurannut lääkkeen vaikutusta? (esim. verenpaine, kipu, yleinen vointi)
 - Onko ilmennyt jotain haittavaikutuksia?
 - Onko lääkehoitoon liittyviä kysymyksiä, jotka ehdottomasti haluat esittää lääkärille?
- Hammaslääkärin vastaanotto yhtä lailla (tieto lääkityksestä /allergioista olennaista)

Apteekien lääkehoitoon liittyvät palvelut

- Reseptien tarkastus ja uusintapyyntöjen lähettäminen terveysasemalle
- Yhteisvaikutusten ja antoaikojen tarkastaminen (myös lisäravinteet ja luontaistuotteet)
- Itsehoitolääkkeiden valinta, lääkeneuvonta ja lääkkeettömät hoitovaihtoehdot
- Lääkelistan päivittäminen (reseptitietojen tarkastus/itsehoitolääkkeiden lisäys)
- Annosjakelu – tarpeen kartoitus / aloitus
- Lääkejätteiden palautus

Terveysaseman lääkehoitopalvelut

Ota rohkeasti lääkehoitoa koskevat kysymykset puheeksi – myös muita asioita koskevalla vastaanotolla. Pyydä ajantasaista lääkelistaa vastaanotolta, erityisesti kun lääkitykseesi tehdään muutoksia.

Terveysasemien farmaseuttipalvelu

Farmaseutin työtehtäviin terveysasemalla kuuluvat lääkitysten ajantasaistus, reseptien uusimiseen liittyvät selvittelyt, lääkehoidon ohjaus ja lääkehoidon tarkastukset/arvioinnit. Voit varata terveysaseman farmaseutille ajan itse OmaKymenlaakson tai terveysasemien ajanvarausnumeron kautta, p. 05 220 2000. Farmaseutin vastaanotto on maksuton.

10 keinoa parantaa lääketurvallisuutta kotona

1. Ylläpidä ajantasaista lääkityslistaa.
2. Pidä lääkityslista aina mukanasasi asioidessasi terveydenhuollossa.
 - Lääkelistan tulee sisältää myös käytössä ovat itsehoitolääkkeet, lisäravinteet, luontaistuotteet, silmätipat ym.
3. Varmista, että itsehoitolääkkeet, vitamiinit, lisäravinteet jne. sopivat yhteen reseptilääkkeidesi kanssa.
4. Jaa lääkkeitä dosettiin tai hyödynnä apteekin annosjakelupalvelua.
5. Älä koskaan anna omia lääkkeitäsi muiden käyttöön äläkä käytä toiselle henkilölle määrättyjä lääkkeitä.
6. Perehdy lääkkeiden pakkausselosteisiin ja sinulle annettuihin hoito-ohjeisiin/oppaisiin.
7. Kysy lääkkeisiin liittyvistä epäselvyyksistä apteekista tai terveydenhuollon ammattihenkilöltä.
8. Huolehdi, että säilytät lääkkeitä oikein ja turvallisesti.
9. Keskustele vaihtoehdoista terveydenhuollon ammattihenkilön kanssa, mikäli lääkkeenotossa on ongelmia.
10. Häätötilanteessa soita 112, arviointia vaativissa tilanteissa ota yhteyttä Päivystysapuun 116117

Lisätietoa muualta:

[Fimea - Kansalaisen lääketieto](#)

[Omainen hoitajana - Turvallinen lääkehoito kotona opas](#)

[Lääkekortti.fi](#) (sähköinen lääkekortti)

[Terveyskylä - Lääketalo](#)

[Kymenhva.fi-verkkosivut](#)