

VANHENEVIEN TURVALLISEN LÄÄKEHOIDON PERUSTEITA

LOHJA 28.2.19

SIRKKA-LIISA KIVELÄ

emeritaprofessori

Turun ja Helsingin yliopistot

MISTÄ PUHUN?

Puhun lääketurvallisuuden ongelmista iäkkäänä

Kerron aivan käytännön tasolla siitä, miten iäkkäät itse voivat varmistaa lääkehoitonsa turvallisuutta



»Mun muistohoni peilit on huanonnu», sanoo akka kun peilihin
kattoo. (EP)

ERÄITÄ MUUTTUVIA TOIMINTOJA

100 % taso 30 v. ikäisenä, 75 v. iässä on jäljellä (%)

vesipitoisuus	82
glomerulusfiltraatio	50
minuuttivolyymi	69
vitaalikapasiteetti	56
perusaineenvaihdunta	84
lihasvoima	55
hermon johtonopeus	90
veren pH:n korjautuminen	17
maksimaalinen pitkäaikainen työ	70
maksimaalinen lyhytaikainen työ	40

LÄÄKKEIDEN HAJOAMINEN JA ERITTYMINEN
HIDASTUVAT

RASVALIUKOISTEN LÄÄKKEIDEN VAIKUTUSAJAT
PITENEVÄT

LÄÄKKEIDEN HAITTA- JA YHTEISVAIKUTUSTEN
KOMPENSAATIOMEKANISMIT HEIKKENEVÄT

LÄÄKEHAITAT USEIN ESILLE TOIMINNALLISINA
ONGELMINA

Yleisiä lääkkeiden haittavaikutuksiin kuuluvia oireita ja löydöksiä vanhuksilla

- muistin heikkeneminen
- desorientaatio
- sekavuus
- käytöshäiriöt
- levottomuus
- masennus
- ortostaattinen hypotonia
- verenpaineen aleneminen
- huimaus, kaatuilu
- näköhäiriöt
- virtsan karkailu
- suun kuivuminen
- pahoinvointi
- oksentelu
- ummetus
- ripuli
- vatsakipu
- rintakipu
- kuivuminen
- yskä
- nuha
- ekstrapyramidaalioireet
- parkinsonismi
- käsien vapina
- akatisia
- lihaskouristukset
- tardiivi dyskinesia

KESKUSHERMOSTOON VAIKUTTAVAT LÄÄKEAINEET ONGELMALLISIA

- bentsodiatsepiinijohdannaiset
ja niiden tavoin vaikuttavat lääkkeet
- psykoosilääkkeet
- masennuslääkkeet
- opioidit
- antikolinergit
- epilepsialääkkeet

VERENPAINETTA VAIKUTUKSENAAN TAI

HAITTAVAIKUTUKSENAAN TAI

ORTOSTATISMIA (HUIMAUSTA NOUSTESSA SEISOMAAN) AIHEUTTAVAT LÄÄKKEET
VOIVAT OLLA ONGELMALLISIA

NÄITÄKIN LÄÄKKEITÄ TARVITAAN, MUTTA KÄYTTÖTARKOITUS, ANNOS JA ETENKIN
YHTEISKÄYTTÖ ON TARKKAAN HARKITTAVA JA VAIKUTUKSIA SEURATTAVA

MUISTISAIRAUTTA SAIRASTAVAT

ERITTÄIN HERKKIÄ KESKUSHERMOSTOON
VAIKUTTAVIEN LÄÄKKEIDEN HAITOILLE, VÄLTETTÄVÄ

- bentsodiatsepiineja
- psykoosilääkkeitä muulloin kuin psykoottisten oireiden tai voimakkaan aggression hoidossa
- masennuslääkkeitä muulloin kuin vaikeassa masennuksessa
- opioideja muulloin kuin vaikean kivun takia

MONILÄÄKITYS –TOINEN ONGELMIEN RISKITEKIJÄ

- Interaktioiden eli yhteisvaikutusten vaara iso
- Pällekkäislääkityksen vaara eli samaa lääkeainetta kahdella eri kauppanimellä
- Samantyyppisiä haittavaikutuksia aiheuttavien lääkkeiden haittojen korostuminen

ONGELMIA VOIVAT AIHEUTTAA MYÖS

- Lääkkeen liian iso annos; joskus liian pieni annos
- Tarpeeton lääke, lääkettä ei poistettu tarpeen loputtua
- Oireenmukaiset hoidot – lääkkeiden kertyminen
- Useita hoitavia lääkäreitä, reseptien nopea uusiminen, laitoksen hoitotyöntekijöiden vaatimukset
- Potilaiden ja omaisten vaatimukset
- Digitaaliset palvelut ja oma kanta-palvelun ”sekavuus” lääkehoitojen osalta
- Lääkelistan puute
- Korkeat kustannukset

ONGELMIA VOI AIHEUTTAA MYÖS

- Yksityiskohtaisia iän mukaisia lääkeannosohjeita ei ole
- Puutteet iäkkäiden ajantasaisen lääkityksen dokumentoinnissa
- Yhteistyön puutteet (lääketiede, hoitotyö, farmasia, iäkäs, omaiset)
- Kemiallista rajoittamista koskevien ohjeiden puute
- Vahva mainostaminen
- Iäkkäiden aliarvostus

OMA AJANTASAINEN LÄÄKELISTA/-KORTTI

- Sähköinen reseptien määrääminen ja uusiminen eivät ole ihan ongelmattomia
- Ajantasainen lääkelista annoksineen ei näy Oma kannassa täysin selkeänä
- Pidetään itse kahta omaa lääkelistaa, toinen lääkekaapissa ja toinen lompakossa

KUN OLLAAN MUUALLA HOIDOSSA

- Oltava tarkkana, jotta ei synny virheitä lääkehoidossa
- Oma kokemus mieheni hoidosta
- Minulle paljon omaisten yhteydenottoja, mm. hoidettavan ollessa palveluasumisyksikössä useamman vuorokauden ajan (muuttuu sekavaksi, menettää tasapainon hallinnan) tai palveluasumisyksiköstä tai sairaalasta kotiin siirtymisen yhteydessä
- Kysellään. Omaishoitajille ei aina kerrota sairaalahoidon tai palveluasumisyksikköhoidon aikana tapahtuneista virheistä

UUDEN LÄÄKKEEN ALOITTAMINEN

- Kysytään lääkäriltä myönteiset vaikutukset, käytön pituus, annos, ottoajankohta, mahdolliset haittavaikutukset ja yhteisvaikutukset muiden käytössä olevien lääkkeiden tai ruoan kanssa sekä se, mihin sairauteen lääke on määrätty
- Kysytään apteekista mahdolliset yhteisvaikutukset muiden käytössä olevien lääkkeiden ja ruoan kanssa, yleiset haittavaikutukset sekä se, miten lääke otetaan (tyhjään vatsaan ym.). Myös säilytyksestä kysytään.
- Luetaan lääkelaatikossa olevat ohjeet ja säilytetään ne
- Tarkkaillaan vointia: onko toivottuja, myönteisiä vaikutuksia; onko uusia, erikoisia oireita (mahdolliset haitta- tai yhteisvaikutukset)

LÄÄKKEEN LOPETTAMINEN

- Lääkäri määrää
- Useimmat lääkkeet voidaan lopettaa ilman annoksen alentamista
- Psyykenlääkkeet ja voimakkaat, morfiininsukuiset kipulääkkeet eli opioidit lopetetaan annosta asteittain pienentäen – kuitenkin, jos pahoja haitta- tai yhteisvaikutuksia, lopetetaan ilman annoksen alentamista

LÄÄKKEEN SÄILYTTÄMINEN

- Useimmat lääkkeet säilytetään huoneen lämmössä, kuivassa tilassa, alkuperäisessä pakkauksessa
- Jotkin lääkkeet säilytettävä jääkaapissa, esim. muutamat ihovoiteet, silmäsalvat, silmätipat, korvatipat, korvasalvat
- Jotkin lääkkeet säilyvät vain lyhyehkön ajan sen jälkeen, kun lääkeputki tai -pullo on avattu, esim. em. tipat ja salvat
- Jotkin lääkkeet eivät kestä päivänvaloa tai kosteutta, kertapakkaus avattava juuri ennen lääkkeen ottamista
- Ohjeet kirjoitettu lääkelaatikossa olevaan ohjeistoon, mutta kannattaa kysyä apteekista

LÄÄKKEEN SÄILYTTÄMINEN

- Lukollisessa lääkekaapissa, ei pöydällä
- Murskaaminen suoritetaan juuri ennen lääkkeen nauttimista

LÄÄKKEEN OTTAMINEN

- Suun kautta niellen tai pureskellen, suussa sulattaen, peräsuolen kautta, emättimeen, iholle, hengitysteihin, silmiin, korvakäytävään, ihon alle tai lihakseen tai verisuoneen injektiona
- Lääkelaatikossa olevia ohjeita noudatettava tarkasti. Kysytään lääkäriltä, apteekista ja hoitotyöntekijältä
- Useimmat tablettimuotoiset, jakourteiset lääkkeet saa puolittaa ja murskata, mutta tämäkin tarkistettava lääkelaatikon ohjeista, lääkäriltä, apteekista, hoitotyöntekijältä
- Lääke otetaan istuma-asennossa, vettä ½ lasillista heti sen jälkeen

LÄÄKKEEN OTTAMINEN

- Seuraavan tyyppisiä lääkemuotoja ei yleensä saa puolittaa tai murskata: enterotabletit, enterokapselit, depot, prolongatum, retard, slow – merkinnällä varustettuja. Joitakin näistä saa puolittaa, mutta tässäkin oltava erittäin tarkka – luetaan ohjeet, kysytään lääkäriltä, apteekista ja hoitotyöntekijältä. Joitakin tällaisia kapseleita saa avata ja sisällä olevat rakeet saa sekoittaa nesteeseen, mutta ei pureskella suussa.
- Murskattu lääke sekoitetaan pieneen määrään nestemäistä ruokaa, esim. jogurttia juuri ennen nauttimista. Kaikki lääkkeet eri annoksina.
- Lääkkeet murskataan kannellisessa astiassa, yksi lääke kerrallaan, astia välillä pesten ja kuivaten

LÄÄKKEEN OTTAMINEN

- Jos ei pysty nielemään lääkettä, kysytään murskaamisen mahdollisuudesta ja sitäkin, onko pienempiä tabletteja tai nestemäistä muotoa tai ehkä ihon kautta annosteltavaa muotoa.
- Jos hoidettava ei suostu nielemään lääkettä, keskustellaan lääkärin kanssa lääkkeen tarpeellisuudesta ja vaihtomahdollisuudesta
- Jos lääke unohtuu ottamatta, älä ota kaksinkertaista annosta seuraavana ottokertana. Jos kyseessä Parkinsonin taudin lääke, keskustele lääkärin kanssa; jos kyseessä antikoagulantti ("verenohennuslääke"), lue laatikossa olevista ohjeista toimintatapa

TARVITTAESSA OTETTAVA LÄÄKE

- Toimi lääkärin ohjeiden mukaisesti
- Jos käytöstä tulee säännöllistä ja jatkuvaa, puhu lääkärin kanssa
- Olisiko hyvä olla varastossa kotona jotakin tarvittaessa otettavaa, tavanomaista voimakkaampaa kipulääkettä???

TURVALLISUUTTA LISÄÄVÄT

- Oma lääkäri – mistä osaava, oma lääkäri?
- Oma hoitaja – mistä tällainen?
- Oma apteekki
- Lääkityksen (moniammatillinen) tarkistaminen
- Yliopiston apteekin chat-palvelu

MILLOIN AIHETTA TARKISTUKSEEN?

- Kun käytössä paljon lääkkeitä (5 tai yli)
mutta yksikin käytössä oleva lääke voi aiheuttaa haittavaikutuksia tai muita ongelmia ja vain kaksi käytössä olevaa lääkettä voivat aiheuttaa haitallisia yhteisvaikutuksia
- Vuosittaiset tarkistukset
- Uuden lääkkeen aloituksen yhteydessä
 - Jonkin lääkkeen poiston yhteydessä
 - Uusien oireiden ilmaantuessa
 - Psyykenlääkkeiden tai vahvojen kipulääkkeiden käytön yhteydessä
 - Pelkästään oireiden poistoon vaikuttavan lääkkeen/lääkkeiden käytön yhteydessä

TIETOJA ON PALJON

IÄKKÄIDEN LÄÄKETIETOKANTA Lääke 75+
(Fimea), SFINX, FASS, RENBASE JA MUITA
LÄÄKEHOITOJEN APUVÄLINEITÄ

TUTKIMUKSIA ON PALJON SUOMESSAKIN:
lääkkeiden vähentämisen vaikutukset
kaatumisiin, muistiin ym., psyykenlääkkeitä
edelleenkin käytössä melko paljon etenkin
muistisairaila

KIITOKSET !