



Artikeln på
svenska på
sidan 15.

LÄÄKEHOITO ONINISTUU YHDESSÄ

Lääkehoidon toteuttaminen on yhteispeliä, jossa tarvitaan sekä hoitohenkilökunnan että potilaan panosta tavoiteltujen tuloksien saavuttamiseksi.

TEKSTI RENJA NIKULA KUVAT PIXABAY, UNSPLASH, BURST, ADOBE STOCK, RENJA NIKULA



Artikkeli pohjautuu Kansallisen lääkeinformaatioverkoston Lääkeinformaatiota lääkkeiden käyttäjille -työryhmän artikkeliin.

Suolistosairauksista erityisesti tulehduksellisia suolistosairauksia hoidetaan usein lääkkeillä. Tuttuja termejä voivat olla 5-ASA, SASP, immunosuppressiivinen, biologinen sekä biosimilaari ja kortisoni. Lääkehoito voi herättää kysymyksiä ja pelkojakin, mutta toimiva yhteistyö lääkehoidossa lisää luottamusta sekä hoitoon sitoutumista.

Suolistosairauksien hoito voi usein olla itseohjautuvaa, jolloin oireiden ilmaantuessa lääkitystä lisätään lääkärin kanssa sovitun ohjeen mukaan, ja

tarvittaessa ollaan yhteydessä hoitopaikkaan. Hoitoa tehostetaan nopeasti ensioireiden ilmaannuttua. Jotta hoito voi olla itseohjautuvaa, on sitä varten tehtävä hyvä pohjatyö. Sairastavan on muun muassa saatava riittävästi tietoa omasta lääkityksestään, siihen liittyvistä vaihtoehtoista ja lääkkeiden vaikutuksista ja riskeistä.

Yhteiset, henkilökohtaiset tavoitteet

On tärkeää, että lääkkeiden käyttäjä on mukana suunnittelemassa lääkeshoidon tavoitteita, toteutusta ja seurantaa yhdessä terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Yhdessä tehty hoitosuunnitelma vahvistaa hoitoon sitoutumista, ja antaa sairastavalle sairauden ohjat omiin käsiin.



Hoitosuunnitelmaan tulee kuitenkin suhtautua joustavasti, sillä se voi muuttua tilanteiden mukaan. Esimerkiksi suunniteltu lääkehoito ei välttämättä toimi toivotulla tavalla, jolloin sekä sairastavan että terveydenhuollon ammattilaisten on oltava valmiita joustamaan suunnitelmista. Suolistosairaudet ovat yksilöllisiä ja sairauden kulku on aaltomaista, jolloin ennakointi ei aina ole mahdollista.

Avoin keskustelu auttaa

Lääkkeiden käyttäjän tulee tietää mikä lääke on, miksi sitä tarvitaan, ja kuinka sitä annostellaan. On tärkeää, että lääkkeen käyttäjällä on turvallinen olo lääkkeen käytöstä ja tieto siitä, mistä tarvittaessa saa lisätietoa. Terveydenhuollon ja apteekin ammattilaiset aut-

tavat ja neuvovat lääkehoitoon liittyvissä kysymyksissä.

Joskus myös läheiset voivat tarvita tai haluta tietoa lääkehoidosta. Joskus läheinen on hyvä ottaa vastaanotollekin mukaan, jotta hän voi tukea sairastavaa omahoidossa. On kuitenkin jokaisen oma valinta, kuinka paljon omasta sairaudesta ja sen hoidosta haluaa kertoa muille.

Ajantasainen lääkityslista turvana

Ajantasainen lääkityslista on korvaamaton tietolähde, kun lääkehoitoa suunnitellaan. Lääkityslistaa tulee itse ylläpitää, ja siihen tulee merkitä myös käytössä olevat itsehoito- ja rohdosvalmisteet. Lääkityslistasta käy siis ilmi lääkityksen kokonaisuus, ja sen turvin voidaan varmistaa sopivimmat valmisteet.

Tavalliset, ilman reseptiäkin saatavat tulehduskipulääkkeet, kuten ibu- tai ketoprofiini voivat pahentaa tulehduksellista suolistosairautta ja lisätä verenvuototaipumusta. Parasetamoli on tässä mielessä turvallinen, ilman reseptiä myytävä kipu- ja kuumelääke. On siis tärkeää, että krooninen sairaus on apteekin ammattilaiset tiedossa myös muihin kuin siihen sairauteen liittyviä lääkkeitä ostettaessa.

Lääkityslistan laatimiseen saa neuvoja terveydenhuollon tai apteekin ammattilaiselta. Valmiita lääkityslistapohjia saa apteekista, terveydenhuollosta sekä netistä, jossa listan voi suoraan täyttää ja tulostaa. Lääkityslistaan voi merkitä myös mahdolliset aiemmat lääkityksistä saadut haittavaikutukset, sekä lääkeaineallergiat.



Lääkkeiden käyttäjän tulee tietää mikä lääke on.

Lääkityslista on tärkeää pitää ajan tasalla, joten se tulee päivittää aina muutoksien yhteydessä. Vanha lista kannattaa aina hävittää, jotta käytössä on varmasti ajantasaisin lista. Laati-
mispäivämäärä on hyvä kirjata listaan oman nimen lisäksi.

Kysy, kerro ja varmista

Tavoitteena on lääkehoidon sujuminen arjessa. Tämä onnistuu, kun hoidon tavoitteet ovat tiedossa, sekä toimet niiden toteutumiseksi. Arjessa se tarkoittaa sitä, että lääkkeitä käytetään sovitun mukaisesti ja voinnissa tapahtuvia muutoksia seurataan. On hyvä pysähtyä välillä tarkkailemaan auttaako lääke

Pidä nämä mielessä!

- Varmista, miksi käytät lääkettä ja että osaat ottaa sitä oikein
- Käännä kysymyksissä rohkeasti terveydenhuollon tai apteekin ammattilaisten puoleen
- Ota lääkkeesi yhdessä sovitun mukaisesti
- Lääkityslistan ylläpitäminen on yhteinen asia
- Älä lopeta lääkettä itsenäisesti

Lisätietoa

- Lisätietoa lääkityslista esimerkiksi osoitteesta www.laakehoidonpaiva.fi/tietoa_paivasta/mika_laakityslista, apteekista tai terveydenhuollon ammattilaiselta



” Ylläpitohoitoa ei saa lopettaa omin päin.

myös lainvastaista välittää käyttämättä jääneitä reseptilääkkeitä eteenpäin.

Osa yhdistyksen edunvalvontaa

Crohn ja Colitis ry on monin tavoin mukana lääkeshoidon kehittämistyössä, tuoden esiin niin suolistosairauksia sairastavien kuin myös muiden pitkäaikaisairaiden näkemystä.

- Yhdistys on mukana lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimean potilasneuvottelukunnassa kaudella 2020–2021, sosiaali- ja terveysturvan asiantuntija **Olga Haapa-aho** kertoo.

Neuvottelukunnan toiminnan tavoitteena on muun muassa tuoda potilasnäkökulmaa mukaan viranomaistehtäviin, toimia suorana viestintäyhteytenä Fimean ja potilas- ja vammaisjärjestöjen välillä sekä lisätä viranomaistoiminnan läpinäkyvyyttä ja tunnettuutta.

Neuvottelukunnan tapaamisissa käsiteltävät asiat liittyvät Fimean toimintoihin ja tehtäviin, ja aiheet suunnitellaan yhdessä Fimean virkamiesten ja neuvottelukunnan jäsenten toiveista ja tarpeista.

- Lisäksi olemme osallistuneet koulutuksiin ja vaikuttaneet lääkkeisiin liittyviin ongelmakohtiin potilasjärjestöjen yhteisten verkostojen kautta. Olemme muuan muassa keränneet jäsenistöltä palautetta lääkkeiden saatavuusongelmista ja koostaneet niistä tietoa, jota on nostettu esille muun muassa Sosiaali- ja terveysministeriöön ja Fimean asiantuntijoille. ●

oireeseen, tai aiheuttaako se mahdollisesti haitallisia sivuvaikutuksia. Jos lääke ei auta tai se aiheuttaa ei-toivottuja vaikutuksia, on suositeltavaa ottaa aina yhteyttä terveydenhuollon tai apteekin ammattilaiseen.

Terveydenhuollon tai apteekin ammattilaiset voivat pyydettyä tarkastaa ja päivittää lääkelistan. He antavat myös tarvittaessa lisätietoa lääkeshoidosta tai sen toteuttamisesta. On myös hyvä muistaa, että vain otettu lääke auttaa. On siis tärkeää myös kertoa, jos jostain syystä lääkitystä ei ole käytetty sovitusti. Jos jokin asia on jäänyt epäselväksi tai askarruttaa lääkeshoidon ottamisessa, on suositeltavaa kertoa se terveydenhuollon tai apteekin ammattilaiselle.

Myös taloudellinen tilanne kannattaa ottaa puheeksi, jos rahat eivät riitä lääkkeisiin. Näin lääkäri voi huomioida sen esimerkiksi lääkettä valittaessa. Sairausten vaikeusaste ja laajuus määräävät, mitä lääkitystä suolistosairauksien hoidossa käytetään. Useimmat IBD:n hoitoon käytettävät lääkkeet kuuluvat alempaan erityiskorvausluokkaan, eli niistä saatava Kela-korvaus on 65 %. Erityiskorvauksen oikeuttavan merkinnän Kela-korttiin saa lääkärin todistuksella.

Harkittu lopetus

Lääkeshoidon lopettamisella tarkoitetaan lääkeshoidon lopettamista kokonaan tai sen muuttamista toiseen. Tarve lääkeshoidon lopettamiseen tai vaihtamiseen voi tulla sairastavalta itseltään tai hoitavalta lääkeshoitä. Syynä voi olla lääkeshoidon aiheuttama haittavaikutus, lääkeshoidon hinta tai epävarmuus lääkeshoidon käytössä.

Ylläpitohoitoa ei saa lopettaa omin päin, eikä kortisonihoitoa saa lopettaa äkillisesti. Lääkeshoidon lopettamista ei tule koskaan tehdä itsenäisesti, vaan lääkeshoitin kanssa kannattaa keskustella syistä lääkeshoidon lopettamiseen. Myös huolet ja ennakkoluulot lääkeshoidosta tai sen lopettamisesta kohtaan kannattaa kertoa lääkeshoitille.

Lääkeshoidon lopettamisen tai vaihtamisen jälkeen on tärkeää tarkkailla omaa vointia tavanomaista tarkemmin. Jos voinnissa tapahtuu muutos huonompaan, on ensisijaisen tärkeää olla yhteydessä terveydenhuoltoon.

Kierrätys on tärkeää myös lääkkeiden kohdalla. Käyttämättä jääneiden lääkkeiden hävitys tapahtuu aina palauttamalla ne apteekkiin, jolloin ne eivät pääse luontoon esimerkiksi kaatopaikan tai viemäriverkoston kautta. On