

# Wijs met medicijnen

Tips voor oudere geneesmiddelgebruikers



VAN DE JARIGE  
APOTHEKERS

175 JAAR  KNMP

## Wijs met medicijnen

**©2018 KNMP Medicijn Media**

Eerste druk september 2017

Tweede druk februari 2018

Hoewel bij het opstellen van de tekst uiterste zorgvuldigheid is betracht, zijn de KNMP en KBO-PCOB niet aansprakelijk voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit enige onjuistheid in deze tekst.

Redactie: Geneesmiddel Informatie  
Centrum en afdeling Communicatie  
van de KNMP

Boekverzorging: Ton Sampiemon

ISBN: 978-90-827374-0-0

NUR: 862

[www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl)

# Wijs met medicijnen

Tips voor oudere geneesmiddelgebruikers



## Woord vooraf

Miljoenen Nederlanders gebruiken dagelijks medicijnen. Om snel beter te worden of om zo gezond mogelijk te blijven. Veel mensen zouden zonder medicatie niet goed kunnen functioneren.

Het is belangrijk om medicijnen op de juiste manier te gebruiken. Zodat ze zo goed mogelijk werken. En de kans op bijwerkingen zo klein mogelijk blijft. Uw apotheker helpt u daarbij. Want medicijngebruik is maatwerk. Uw apotheker zorgt voor dat maatwerk.


Hoe? Door medicatiebewaking. Daarmee zorgt uw apotheker dat u veilig uw medicijnen kunt gebruiken. Hij let bijvoorbeeld op uw leeftijd, gewicht, geslacht, nierfunctie en op de andere medicatie die u gebruikt. Gaan de verschillende medicijnen wel samen? Past de medicatie bij u? Klopt de dosering?

Als het nodig is, past uw apotheker de dosis aan of adviseert hij dat u een ander medicijn krijgt. Vanzelfsprekend gebeurt dit altijd in samenspraak met uw (huis)arts.

Zelf kunt u ook veel doen om uw medicijngebruik zo veilig mogelijk te maken. Wel zo belangrijk als u ouder wordt. Want dan heeft u meer risico op bijwerkingen. Zeker als u meerdere medicijnen gebruikt. Hoe? Dat leest u in dit boekje. Uw apotheker helpt u graag.



## Tip



Weet wat u gebruikt. Uw apotheker kan een medicatieoverzicht met al uw medicijnen voor u maken. Informatie over uw medicijnen vindt u ook op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl).

# Ouderen reageren anders op medicijnen





Als u ouder wordt, verandert uw lichaam. Uw spierkracht neemt af, uw huid wordt droger, uw botten worden brozer. En uw lichaam reageert anders op medicijnen. Medicijnen kunnen langer werken en ook anders werken. Dit heeft verschillende oorzaken.

De hoeveelheid lichaamsvocht neemt af en het vetgehalte neemt toe. Dit kan ertoe leiden dat geneesmiddelen die oplossen in water krachtiger werken. En geneesmiddelen die oplossen in vet langzamer uit worden gescheiden.

De hersenen worden gevoeliger voor de werking van bepaalde medicijnen. Dit verhoogt het risico op bijwerkingen zoals duizeligheid.

En de nieren functioneren minder goed. Hierdoor kunnen er te veel medicijnen achterblijven in het bloed. Omdat de nieren minder snel alle medicijnen uit het bloed kunnen verwijderen. Het medicijn kan zich daardoor ophopen en te sterk werken. Daardoor kunt u meer last krijgen van bijwerkingen.

Soms kunnen medicijnen minder goed werken door een verminderde nierfunctie. Bijvoorbeeld antibiotica die worden gebruikt voor een blaasontsteking. Doordat de nieren minder goed werken, komt er minder van het medicijn in de blaas en urinewegen om daar de bacteriën te doden.



## Weetje

- 75-plussers gebruiken ruim vijf keer meer medicijnen dan een gemiddelde Nederlander.

## Tip

Gebruikt u vijf medicijnen of meer? Dan is het belangrijk dat uw arts en apotheker informatie hebben over uw nierfunctie. Wanneer u de huisarts bezoekt, kunt u hiernaar vragen.



## Meer medicijnen naast elkaar

Nog een reden waarom ouderen anders op medicijnen reageren: zij hebben vaak meerdere aandoeningen, waarvoor ze verschillende medicijnen gebruiken. Die medicijnen hebben allemaal hun eigen bijwerkingen. Daarnaast kan elk medicijn ook een wisselwerking hebben met een van de andere medicijnen. Het gebruik van vijf of meer medicijnen wordt polyfarmacie genoemd.



### Weetje



- Het hartmiddel digoxine werkt langer bij ouderen met een verminderde nierfunctie. Dit kan leiden tot misselijkheid, vermoeidheid en diarree.

# Medicijngebruik is maatwerk



Medicijnen werken niet bij iedereen hetzelfde. Soms werkt de medicatie meteen, in andere gevallen krijgt u last van bijwerkingen of blijft het effect uit.

Dit komt soms door de werking van het medicijn zelf. De slaappil temazepam werkt vrijwel meteen, bijvoorbeeld. En het anti-depressivum paroxetine begint na vier weken te werken. Maar het maakt ook uit wie het medicijn inneemt. Bij ouderen werken medicijnen anders dan bij kinderen. En ook of iemand voldoende beweegt of rookt, speelt mee.

Uw apotheker stemt uw medicijnen af op uw situatie. Hij houdt rekening met de verschillende medicijnen die u gebruikt, de aandoeningen die u heeft en de testuitslagen van het laboratorium, zoals uw nierwaarden.

Als het nodig is, zorgt uw apotheker dat u een medicijn op maat krijgt. Bijvoorbeeld als het voorgeschreven geneesmiddel niet in de handel is, of niet in de goede dosering

verkrijgbaar. Dan wordt in sommige gevallen speciaal voor u een medicijn bereid.

## **Dit is het maatwerk van uw apotheker:**

- Als u een nieuw medicijn afhaalt bij de apotheek, controleert uw apotheker altijd of dit nieuwe medicijn goed samengaat met uw andere medicijnen.
- Uw apotheker controleert ook of het medicijn veilig is in combinatie met uw aandoening. Heeft u bijvoorbeeld eens een overgevoeligheidsreactie gehad bij het antibioticum amoxicilline, zoals galbulten? Dan zorgt hij dat u de volgende keer een antibioticum uit een andere geneesmiddelgroep meekrijgt.
- Bij een verminderde nierfunctie is het misschien nodig om een lagere dosering te gebruiken, of is een ander medicijn beter. Dan overlegt uw apotheker met de arts over de beste oplossing.



## Weetje



- De een ligt de halve nacht wakker van een kop koffie, terwijl de ander nergens last van heeft. Zo verschillend kunnen mensen ook reageren op medicijnen. Dan kan het helpen wanneer de apotheker informatie heeft over erfelijke eigenschappen. Hoe u reageert op medicijnen is deels afhankelijk van een klein aantal genen. Dat noemen we farmacogenetica. De komende jaren gaan apothekers hier steeds meer mee werken. Uw apotheker of arts kan dan een DNA-paspoort voor u aanvragen.

Marianne heeft hoge bloeddruk. Ze gebruikt daarvoor sinds een aantal maanden een bloeddrukverlager, een zogenoemde ACE-remmer.

Sinds kort gebruikt Marianne ook codeïne omdat ze last heeft van kriebelhoest.

Kriebelhoest kan een bijwerking zijn van dit type bloeddrukverlager. De apotheker vermoedt dat dit aan de hand is.

In overleg met de huisarts geeft hij haar een andere bloeddrukverlager. De kriebelhoest is over. Marianne kan nu stoppen met de codeïne.







## Weetje

- Bij rokers werkt de lever vaak sneller. Bepaalde medicijnen worden dan sneller afgebroken en werken dus minder goed. Voor hetzelfde effect is een hogere dosis medicijn nodig. Het omgekeerde geldt ook: wie stopt met roken, kan misschien toe met een iets lagere dosis medicijnen. Dit moet altijd in overleg met apotheker en arts plaatsvinden!



# Wisselwerkingen

Medicijnen kunnen elkaars werking versterken of juist verzwakken. Dit noemen we wisselwerkingen of interacties. Ook vrij verkrijgbare medicijnen, vitamines en voedingssupplementen die u bij de drogist haalt, kunnen wisselwerkingen veroorzaken.

Een voorbeeld: ibuprofen is een vrij verkrijgbare pijnstiller. Er is geen recept van de arts voor nodig. Maar het medicijn heeft wél een wisselwerking met bloedverdunners. De combinatie kan leiden tot bloedingen, zoals een maag- of hersenbloeding. Dit komt doordat ibuprofen ook een bloedverdunnende werking heeft. Bij ouderen neemt de kans op een bloeding bij ibuprofen toe. Daarom zal de apotheker ouderen adviseren om bij de ibuprofen een maagbeschermer te nemen. Die beschermt tegen een maagbloeding. Hetzelfde geldt voor andere pijnstillers uit dezelfde groep, zoals naproxen en diclofenac. Dit zijn de zogenoemde NSAID's.

Vertel dus altijd aan uw apotheker wat voor vrij verkrijgbare medicijnen u gebruikt. Dan kan hij hiermee rekening houden bij de medicatiebewaking.

## Ook stoffen die geen medicijn zijn, kunnen wisselwerkingen veroorzaken:

- Melk remt de opname van ijzer in ijzertabletten.
- Vitamine C zorgt dat ijzer in ijzertabletten juist beter wordt opgenomen.
- Grapefruitsap versterkt de werking van bepaalde bloeddrukverlagers en cholesterolverlagers.
- Sint-janskruid vermindert de werkzaamheid van bloedverdunners.





## Tip

Haalt u medicijnen bij een drogist of bij een andere apotheek dan gewoonlijk? Bijvoorbeeld bij de apotheek in het ziekenhuis of bij een buitenlandse apotheek, tijdens uw vakantie? Geef dat dan door aan uw vaste apotheker, zodat die uw gegevens kan bijwerken. Op die manier blijft uw medicatiedossier compleet.



## Weetje

- Heeft u een afspraak met uw arts of specialist? Neem dan altijd een actueel medicatieoverzicht mee. U kunt het medicatieoverzicht opvragen bij uw apotheek. Hierop staan al uw medicijnen en eventuele bijzonderheden, bijvoorbeeld als u een keer een overgevoeligheidsreactie heeft gehad. Voor het buitenland is er het medicijnpaspoort.



## Weetje

- In 2013 belandden iets meer dan 65.000 Nederlanders in het ziekenhuis door problemen met hun medicijngebruik. Drie kwart van hen waren 65-plussers.

# Bijwerkingen





Alle medicijnen hebben bijwerkingen. En als u ouder bent en verschillende medicijnen gebruikt, is het risico op bijwerkingen nog iets groter.

Sommige bijwerkingen treden op als u net bent begonnen met een nieuw medicijn, en gaan na een paar weken vanzelf over. Uw lichaam heeft dan moeten wennen.

Zijn de bijwerkingen ernstig? Houden ze langer aan dan verwacht? Heeft u bijvoorbeeld last van duizeligheid bij het opstaan, sufheid, terugkerende hoofdpijn, aanhoudend hoesten of benauwdheid? Neem dan contact op met uw apotheker en arts. Zij kunnen samen overleggen wat de beste oplossing voor u is.



## Weetje



- Als u een medicijn gebruikt dat de rijvaardigheid beïnvloedt, moet u niet alleen oppassen met autorijden. Ook bij het werken met gevaarlijke machines, fietsen in druk verkeer en op ladders klimmen is het risico op ongelukken groter.

Soms zijn bijwerkingen helaas niet te vermijden. Dan horen ze bij het gebruik van het medicijn.

Stop nooit zomaar met uw medicijnen.  
Overleg altijd eerst met uw arts en apotheker.



## Let op

Van bepaalde medicijnen kunt u lichamelijk of psychisch afhankelijk worden. Dit kan gebeuren met slaapmiddelen en kalmerende middelen. De kans op gewenning of verslaving wordt groter als u het medicijn voor langere tijd gebruikt. Overleg met uw arts of apotheker als u moeite heeft om te stoppen met een medicijn.

## Veelvoorkomende bijwerkingen:

- Maag- en darmklachten: antibiotica bestrijden niet alleen de minder goede, maar ook de goede bacteriën in de darmen. Dit kan diarree veroorzaken.
- Hoofdpijn en duizeligheid: sommige medicijnen werken op het zenuwstelsel of de hersenen en veroorzaken daar klachten. Middelen tegen hoge bloeddruk kunnen voor duizeligheid zorgen omdat de bloeddruk sterk daalt.
- Gewichtstoename: een corticosteroïd (medicijn tegen ontstekingen) zoals prednison kan voor gewichtstoename zorgen doordat de stofwisseling vertraagt, de eetlust sterker wordt en meer vocht wordt vastgehouden.



## Weetje

- Ouderen hebben meer kans om te vallen. Elke 5 minuten komt een 65-plusser na een valongeval terecht op de spoedeisende hulp. Het gebruik van bepaalde medicijnen kan het risico op vallen vergroten. Bijvoorbeeld plastabletten, middelen tegen hoge bloeddruk en slaap- en kalmeringsmiddelen.

# Juist medicijngebruik

Hoe goed uw medicijnen werken, hangt van veel omstandigheden af. Bijvoorbeeld van uw andere medicijnen en van uw nierfunctie. Maar ook van wat u eet of drinkt en van de manier waarop u uw medicijnen gebruikt. Probeer altijd zo goed mogelijk de instructies bij uw medicijnen op te volgen. Dan werken ze het beste en heeft u het kleinste risico op bijwerkingen.

Wanneer u start met een nieuw medicijn, krijgt u in de apotheek uitleg over de werking en over het juiste gebruik van het medicijn: het begeleidingsgesprek. U kunt dan ook uw vragen stellen over het gebruik.

Gaat u toch twijfelen over de juiste manier van gebruiken? Ga terug naar uw apotheek; bel op, loop langs of stel uw vraag via de website van de apotheek. Uitleg over uw medicijn vindt u ook op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl).

## Juist medicijngebruik:

- Gebruik niet meer of minder van uw medicijnen dan voorgeschreven.
- Gebruik uw medicijnen op het juiste tijdstip.
- Maak uw medicijnen niet fijn zonder aan uw apotheker te vragen of dit kan. De kans bestaat dat ze dan niet meer werken. Of dat u juist bijwerkingen krijgt, zoals maagklachten.
- Ga rechtop zitten als u uw medicijn inneemt.
- Neem uw medicijnen in met een vol glas water, tenzij iets anders op het etiket staat.
- Let goed op of u uw medicijnen op een lege maag moet innemen, of juist niet.



Bert gebruikt tabletten tegen diabetes (suikerziekte). Hij moet ze twee keer per dag innemen. Om ze niet te vergeten, neemt Bert de tabletten 's ochtends in één keer in. Alle twee.

Rond koffietijd gaat hij trillen en zweten. Dat komt doordat zijn bloed te weinig glucose bevat. Bert neemt koffie met een flinke schep suiker en voelt zich weer beter. Na de lunch wordt Bert moe en dorstig. Dat komt doordat hij te veel suiker in zijn bloed heeft.



Wanneer hij zijn verhaal vertelt bij de apotheek, blijkt dat hij het advies verkeerd had begrepen. Hij moet de tabletten twee keer op een dag nemen, na de lunch en na het avondeten. Zo blijft de hoeveelheid glucose in zijn bloed vrij constant. Bert heeft veel minder klachten.



## Weetje



- Staat er bij uw medicatie ‘innemen bij de maaltijd’? Dan kan innemen zonder voedsel zorgen voor maagklachten.



## Tip

Geef uw apotheker en huisarts toestemming om uw medische gegevens elektronisch met elkaar uit te wisselen. Dan hebben ze beiden alle informatie om uw medicijngebruik helemaal op u af te stemmen.

# Zorg van uw apotheker



Ondervindt u problemen bij uw medicijngebruik? Vindt u het bijvoorbeeld lastig een tablet door te slikken? Of heeft u moeite het overzicht te bewaren? Bespreek dit met uw apotheker. In veel gevallen is er iets aan te doen.



## Weetje

- U slikt een tablet of capsule gemakkelijker door als u uw hoofd een stukje voorover buigt tijdens het slikken. Kijk op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl) voor een instructiefilmpje.

## Moeite met slikken



Veel ouderen krijgen last bij het slikken en hebben daardoor problemen met het innemen van hun medicijnen. Een ziekte zoals Parkinson kan het slikken bemoeilijken. Moeite met slikken kan ook een bijwerking zijn van medicijnen. Een droge mond bijvoorbeeld.

Overleg met uw apotheker over een oplossing. Het kan zijn dat het u met wat extra uitleg en oefening wel lukt om uw medicijn in te nemen. Of misschien bestaat het medicijn ook als drankje. Uw apotheker kan dat voor u nagaan. Lukt ook het slikken van eten niet? Neem dan contact op met de huisarts.



## Let op

Overleg altijd met uw apotheker als u problemen heeft met slikken en maak nooit zomaar een medicijn fijn.

Sommige tabletten en capsules hebben een speciaal omhulsel.

Als u zo'n medicijn fijnmaakt, komen de werkzame stoffen te snel in uw lichaam terecht.

## Weekdosering

Gebruikt u verschillende medicijnen? Dan kan het gebeuren dat u niet meer goed weet welke medicijn u wanneer en hoe moet innemen: het eerste medicijn drie keer daags, het tweede bij de maaltijd, het derde op een lege maag, het vierde niet met melk...

Uw apotheker denkt mee over een oplossing voor u, bijvoorbeeld een handig schema. Rekening houdend met de dingen die u op een dag doet, en wanneer u eet.

Vindt u het echt heel lastig om het overzicht te bewaren? Dan kan uw apotheker een medicijnrol of weekdosering voor u maken. Hierin zitten de tabletten en capsules per dag en per tijdstip verpakt.

## Tip

Gebruikt u verschillende medicijnen en moet u telkens weer naar de apotheek omdat er een op is? Dan kan uw apotheker uw medicijnen synchroniseren. Zodat u voortaan alle medicijnen tegelijk voor dezelfde periode meekrijgt. Bijvoorbeeld drie maanden.





## Medicatiebeoordeling

Gebruikt u vijf of meer medicijnen en heeft u een extra risico, zoals een verminderde nierfunctie? Dan komt u misschien in aanmerking voor een medicatiebeoordeling door uw huisarts en apotheker. Bij een medicatiebeoordeling kijkt uw apotheker met u naar alle medicijnen die u gebruikt. Dus ook vitamines die u zelf koopt, en pijnstillers. Gaan ze goed samen? Gebruikt u geen dubbele medicatie? Heeft u niet te veel bijwerkingen?

Als het beter kan, overlegt uw apotheker met de huisarts. Misschien moet u een medicijn in een lagere dosering gaan gebruiken, omdat u een verminderde nierfunctie heeft. Of met een medicijn stoppen.

Wilt u weten of u in aanmerking komt voor een medicatiebeoordeling? Vraag het uw apotheker. Het kan ook zijn dat uw apotheker u uitnodigt, omdat hij denkt dat een medicatiebeoordeling nuttig voor u kan zijn.

De kosten van de medicatiebeoordeling vallen bij de meeste zorgverzekeraars buiten het eigen risico. Vraag bij uw verzekeraar na wat voor u geldt.



## Tip

Heeft u moeite met oogdruppelen?  
Uw apotheker heeft een hulpmiddel  
waarmee u uw oog openhoudt en  
gemakkelijker kunt druppelen.



Sjoukje blijft maar last houden van dikke enkels en hartproblemen. Daarom krijgt ze steeds hogere doseringen van haar plaspillen voorgeschreven, en van de medicijnen voor hartfalen. De apotheek bezorgt elke maand de medicijnen bij Sjoukje thuis. Haar dochter ziet dat er grote voorraden blijven liggen. Terwijl die aan het einde van de maand op zouden moeten zijn.



De apotheker nodigt Sjoukje uit voor een medicatiebeoordeling. Tijdens dat gesprek blijkt dat Sjoukje het te ingewikkeld vindt met al die medicijnen. Ze is het overzicht kwijt en slaat vaak een tablet over. De apotheker zorgt ervoor dat Sjoukje haar medicijnen voortaan in een medicijnrol krijgt. In plaats van allemaal losse doosjes. Dat helpt Sjoukje om haar medicijnen weer op de juiste manier en op het juiste tijdstip in te nemen. De dikke enkels verdwijnen. Ze voelt zich al snel stukken beter.

# Let op



Ongebruikte medicijnen over?

Die horen bij het klein chemisch afval.

Meestal kunt u ze bij uw apotheek ook kwijt.

- Lever van doosjes alleen de strips in.
- Verwijder het etiket van flesjes en tubes, voor uw privacy.
- Doe gebruikte naalden altijd in een naaldencontainer.

# Merkloos medicijn: goed en goedkoper



Krijgt u bij de apotheek een ander doosje mee? Misschien is uw oude medicijn vervangen door een goedkoper merkloos medicijn.

Wanneer het patent op een medicijn is verlopen, mogen ook andere medicijnfabrikanten het gaan maken. Dit zijn de merkloze of generieke medicijnen. Ze bevatten precies dezelfde werkzame stof als het merkmedicijn. En werken net zo goed en moeten aan dezelfde eisen voldoen als het origineel. Omdat ze al zijn 'uitgevonden', kunnen fabrikanten ze goedkoper aanbieden. Daarom stimuleren de overheid, zorgverzekeraars, artsen en apothekers het gebruik van merkloze medicijnen.



## Tip

Wilt u weten wat uw medicijn kost? Kijk dan op [www.medicijnkosten.nl](http://www.medicijnkosten.nl), een website van de overheid.

De werkzame stof van een merkloos medicijn is hetzelfde als die van het merkmedicijn. Er kunnen wel andere hulpstoffen in zitten. Bijvoorbeeld tarwezetmeel in plaats van maiszetmeel. Daar merkt u meestal niets van. Heel soms kan een allergie of ernstige overgevoeligheid aanleiding zijn om een ander middel te gebruiken. Dit gebeurt altijd in overleg met de huisarts.



## Weetjes

- Een merkloos medicijn krijgt de naam van de werkzame stof. De werkzame stof in maagzuurremmer Nexium is esomeprazol. Toen het merkmedicijn Nexium uit patent was, brachten andere fabrikanten het middel op de markt onder de naam esomeprazol.
- Ruim 72% van alle receptmedicijnen die openbare apotheken in Nederland verstrekken is merkloos.





## Keuze merk(loos) medicijn

Meestal bepaalt uw zorgverzekeraar welk medicijn – merk of merkloos – u meekrijgt bij de apotheek. Dit is dan het voorkeursmedicijn. De verzekeraar heeft hierover afspraken gemaakt met de fabrikant. Andere merken worden niet vergoed. Behalve wanneer het gebruik van het voorkeursmiddel voor u niet medisch verantwoord is.

Welk medicijn is aangewezen als voorkeursmiddel, kan per zorgverzekeraar verschillen. De zorgverzekeraar kan na verloop van tijd ook van voorkeursmedicijn wisselen.

Het komt ook voor dat uw apotheker bepaalt welk merk u meekrijgt. Ook dan heeft hij met uw zorgverzekeraar afgesproken hoe u zo doelmatig mogelijk een passend medicijn krijgt.

# Wat doet de apotheker?



Uw apotheker is zorgverlener. Hij ziet erop toe dat u het juiste medicijn ontvangt in de juiste dosering en toedieningsvorm. En hij begeleidt u, zodat u weet hoe u uw medicijn op de juiste wijze gebruikt. Als u meerdere medicijnen nodig heeft, controleert hij zorgvuldig of u deze veilig naast elkaar kunt gebruiken.

Als het nodig is, past uw apotheker de dosis aan of adviseert hij een ander medicijn. Vanzelfsprekend gebeurt dit altijd in samenspraak met uw (huis)arts. Heeft u extra zorg nodig, bijvoorbeeld uitleg over uw inhalatie-medicatie? Een medicijnrol? Of een medicijn dat speciaal voor u wordt bereid? Uw apotheker zorgt ervoor.



## Weetje

- De titel 'openbaar apotheker' is door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport wettelijk erkend als specialisme.



## Weetje

- Op het declaratieoverzicht van uw zorgverzekeraar kunt u apotheekzorg ook terugzien onder de namen 'terhandstellingskosten' of 'aflevertarief apotheek'.

### Tip

Heeft u een vraag over medicijnkosten? Denkt u bijvoorbeeld dat de zorgverzekeraar niet vergoedt waar u recht op heeft? Dan kunt u dit ook melden bij de Nederlandse Zorgautoriteit, via [meldingsformulier.nza.nl](https://meldingsformulier.nza.nl) of telefoonnummer: 088 770 8 770.



## Haalt u voor de eerste keer een nieuw medicijn op bij de apotheek?

Het apotheekteam doorloopt al deze stappen om ervoor te zorgen dat u veilig kunt starten:

- 1 Uw dossier bijwerken.
- 2 Check! Elke patiënt is anders. Is het medicijn veilig voor u?
- 3 Check! Gaat het middel veilig samen met uw andere medicijnen?
- 4 Check! Klopt uw dosering?
- 5 Waar nodig: bellen met uw dokter.
- 6 Dubbelcheck! Tweede controle.
- 7 Uitleg! Over werking, bijwerking en gebruik. De schriftelijke uitleg van het medicijn wordt daarna meegegeven. Dit is meestal de bijsluiter.
- 8 Check! Welke vragen heeft u nog?
- 9 De apotheker regelt de betaling rechtstreeks met de zorgverzekeraar. Op de nota ziet u: Terhandstelling inclusief begeleidingsgesprek.
- 10 Check! Apotheker doet controle: klopt alles?

## De rekening van de apotheek

De overheid stelt vast welke kosten uw apotheker in rekening mag brengen. Anders dan veel mensen denken, verdient uw apotheker nauwelijks aan de medicijnen. Net als andere zorgverleners krijgt hij een tarief voor de zorg die hij levert.

Uw apotheker declareert de kosten voor de apotheekzorg en medicijnen bij uw zorgverzekeraar. Deze kosten vallen onder het eigen risico. Is uw eigen risico nog niet vol? Dan kunt u een factuur van uw zorgverzekeraar verwachten. Hierop ziet u meestal twee bedragen staan. Eén voor de apotheekzorg. En één voor het medicijn.

Dit geldt overigens alleen als de zorg en medicijnen worden vergoed door uw zorgverzekeraar. Als dit niet het geval is, betaalt u direct aan de apotheek. Ook op deze factuur ziet u de twee bedragen: één voor de apotheekzorg, en één voor het medicijn zelf.



## Weetje

- Wilt u weten voor welke medicijnen en zorg u verzekerd bent? Dit kan uw zorgverzekeraar aangeven.

## Tarieven apothekzorg

Er zijn verschillende tarieven voor apothekzorg. Bij de start van een nieuw medicijn krijgt u in de apotheek uitleg over de werking en het gebruik. Dan is het aflevertarief wat hoger. Komt u voor herhaalmedicatie? Dan brengt uw apotheker alleen het standaard aflevertarief in rekening, plus de kosten voor het medicijn.

Er zijn aparte tarieven voor medicijnen die de apotheker speciaal voor u moet (laten) bereiden, en voor apothekzorg die u vanwege een spoedsituatie buiten kantooruren moet betrekken.



# In 10 stappen naar veilig medicijngebruik



Door de controles van uw apotheker kunt u uw medicijnen veilig gebruiken.

En dit kunt u zelf doen:

- 1 Weet wat u gebruikt.** Onthoud de naam van uw medicijn, waar u het middel voor gebruikt, en wat de mogelijke bijwerkingen zijn. Is onthouden lastig? Vraag uw apotheker dan om een medicatieoverzicht met al uw medicijnen.
- 2 Zorg dat uw apotheker en arts precies weten welke medicijnen u gebruikt.** Zodat ze goed op elkaar en op uw situatie kunnen worden afgestemd.
- 3 Gebruik uw medicijnen volgens de instructies.** Dan werken ze het beste en is het risico op bijwerkingen het kleinst.
- 4 Stop nooit zomaar met uw medicijnen.** Blijf uw medicijnen innemen totdat de arts u laat weten dat u ermee kunt stoppen.

- 5 **Ga zoveel mogelijk naar uw eigen apotheek.** Zodat die uw medicijngebruik kan bewaken.
- 6 **Bewaar uw medicijnen op een droge, donkere plek.** Medicijnen mogen niet warm of vochtig worden. Bewaar ze dus niet bij de verwarming of in de badkamer.
- 7 **Geef uw apotheker toestemming om uw medicatiegegevens te delen.** Alleen dan stelt hij uw medische gegevens ter beschikking aan andere behandelaars, en alleen als dat nodig is voor uw behandeling.
- 8 **Neem uw medicijnpaspoort mee als u op reis gaat.** En vraag op tijd een verklaring van een arts aan als u opiumwetmiddelen (zie kader) gebruikt, zodat u deze mee de grens over kunt nemen.

**9 Rij veilig met medicijnen.** Als uw medicijnen de rijvaardigheid kunnen beïnvloeden, hoort u dit in de apotheek als u ze ophaalt. Het staat ook op de verpakking of in de bijsluiter.

**10 Gebruik geen medicijnen van anderen.**

En deel uw eigen medicijnen ook niet met anderen. Uw apotheker heeft niet kunnen controleren of ze wel geschikt zijn.



**Weetje**



- Sommige medicijnen moeten worden bewaard in de koelkast. Dat staat dan op de verpakking.

## Tip

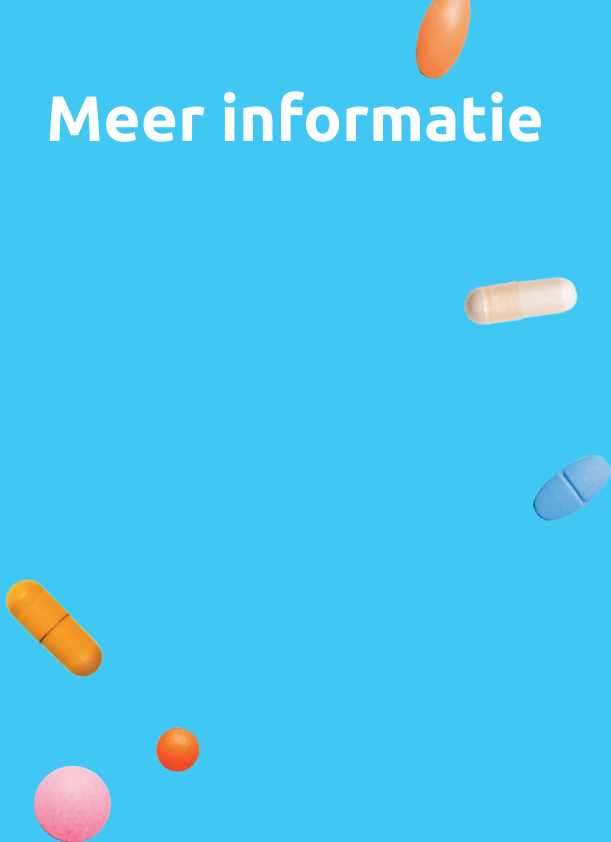
Gaat u op reis en gebruikt u een medicijn dat onder de Opiumwet valt? Dan heeft u een speciale verklaring nodig van een arts als u deze mee de grens over wilt nemen. De aanvraag kan tot vier weken duren. Onder de opiumwetmiddelen vallen slaap- en kalmeringsmiddelen zoals diazepam, sterke pijnstillers zoals morfine, ADHD-middelen, sommige middelen tegen epilepsie en medicinale cannabis.



## Tip

Last van duizeligheid? Dit zou weleens door uw medicijnen kunnen komen. En het kan betekenen dat u meer risico heeft om te vallen. Bespreek het met uw apotheker. Samen met andere zorgverleners helpt hij u om de kans op vallen zo klein mogelijk te maken.

# Meer informatie



## **Apotheek.nl**

Apotheek.nl is een website met onafhankelijke informatie over medicijnen en handige instructiefilmpjes. Het is een uitgave van de KNMP, de beroepsorganisatie van Nederlandse apothekers. Kijk op [www.apotheek.nl/ouderen](http://www.apotheek.nl/ouderen) voor meer informatie over ouderen en medicijngebruik.

## **KBO-PCOB**

KBO-PCOB is met ruim een kwart miljoen leden de grootste seniorenorganisatie van Nederland. Ze maakt zich sterk voor een samenleving waarin senioren kunnen meedoen en mensen omzien naar elkaar. Voor meer informatie: [www.kbo-pcob.nl](http://www.kbo-pcob.nl). Contact via e-mail: [info@kbo-pcob.nl](mailto:info@kbo-pcob.nl) en telefoon: 030 3 400 600.

## **Lareb**

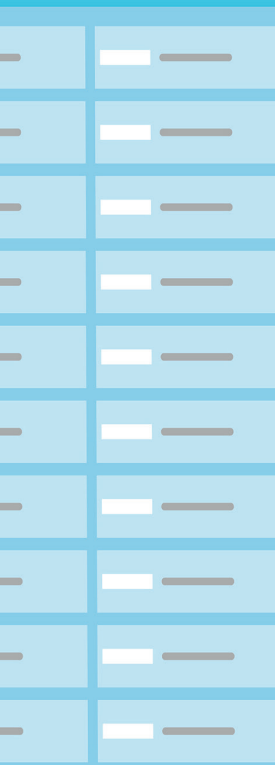
Last van bijwerkingen? Dit kunt u melden bij het Lareb via [www.lareb.nl](http://www.lareb.nl). Hiermee draagt u bij aan de veiligheid van medicijnen. Heeft u geen computer of aansluiting op internet? Dan kunt u uw ervaring ook aan uw apotheker melden.

## **Patiëntenfederatie Nederland**

Patiëntenfederatie Nederland vertegenwoordigt ruim 160 patiënten- en consumentenorganisaties. Ze versterkt de positie van patiënten in de spreekkamer en in het zorgstelsel. Kijk voor meer informatie op [www.patiëntenfederatie.nl](http://www.patiëntenfederatie.nl). Telefoonnummer: 030 2 970 303.







**Wijs met medicijnen** helpt u bij goed geneesmiddelgebruik. Met weetjes, tips en praktische adviezen. Als u ouder wordt, heeft u meer risico op bijwerkingen. Zeker als u meerdere medicijnen gebruikt. Daarom maakt uw apotheker met maatwerk uw medicijngebruik zo veilig mogelijk. En zelf kunt u ook veel doen. U leest het allemaal in dit boekje.

Dit boekje is een cadeautje van uw apotheker, omdat de apothekersorganisatie KNMP dit jaar 175 jaar bestaat.

ISBN 978-90-827374-0-0



9 789082 737400 >

