



|  |
| --- |
| **Dit artikel wordt u aangeboden door PG Werkt Samen. PG Werkt Samen is een samenwerking tussen Ieder(in), NPCF en LPGGz.** **U kunt dit artikel publiceren op uw website of in uw ledenblad. Illustraties om bij het artikel te plaatsen kunt u hier downloaden:** [**http://www.mijnzorgveilig.nl/cartoons/index.php#cart192**](http://www.mijnzorgveilig.nl/cartoons/index.php#cart192) |

**Gebruikt u veel medicijnen? Neem uw medicijngebruik eens onder de loep**

**Veel mensen met een handicap of chronische ziekte** *[….of vul de voor uw leden van toepassing zijnde ziekte/aandoening in … ]* **gebruiken verschillende medicijnen tegelijk. U misschien ook. Zonder dat u of uw arts dat weet, kan dat extra klachten geven. Bijvoorbeeld omdat de medicijnen niet bij elkaar passen of elkaar tegenwerken. Wilt u weten of dat voor u ook geldt? Neem dan uw medicijngebruik eens onder de loep. Dat kunt u doen samen met uw huisarts of apotheek. Zo’n zogenaamde ‘medicatiebeoordeling’ wordt vaak vergoed door de verzekeraar.**

Hoe pakt u dat aan? Zeg tegen uw huisarts of apotheek dat u een keer goed wilt kijken naar uw medicijngebruik. De ‘medicatiebeoordeling’ begint met een gesprek met uw huisarts of apotheek. Eén van hen kijkt samen met u welke medicijnen u allemaal slikt. Ook vraagt de apotheker of huisarts of u klachten, problemen, vragen of wensen heeft.

Na dat gesprek bespreken de huisarts en de apotheker met elkaar uw medicijngebruik. De apotheker kijkt vooral hoe verschillende medicijnen op elkaar inwerken. De huisarts let meer op welk effect de medicijnen hebben op uw gezondheid. Uiteindelijk bepalen de huisarts en apotheker samen of uw medicijngebruik aangepast kan (of moet) worden. In een tweede gesprek krijgt u hierover een advies.

**Minder moe**Dat zo’n medicatiebeoordeling nuttig kan zijn, blijkt uit het verhaal van Matthias Friedenberg (75). Hij slikte voor meerdere aandoeningen maar liefst elf verschillende medicijnen. Zijn huisarts verwees hem voor een medicatiebeoordeling naar de apotheker.
Friedenberg: ’Iemand van de apotheek kwam bij mij thuis. Ik vertelde dat ik gezond oud wilde worden, maar dat ik het gevoel had dat het gebruik van zoveel medicijnen daar niet aan bijdroeg. Uiteindelijk hebben we samen met mijn huisarts besloten te stoppen met vier pillen. Ik voel me nu minder moe en heb een betere conditie. Voorheen viel ik regelmatig overdag in slaap. Dat komt eigenlijk niet meer voor.’

**Dosering aanpassen**De ervaring van Matthias Friedenberg is geen uitzondering. Apotheker Jacqueline Hugtenburg uit Amstelveen doet samen met huisartsen al geruime tijd medicatiebeoordelingen. Zij komt eigenlijk altijd dingen tegen die vaak eenvoudig opgelost kunnen worden.
Hugtenburg: ‘Meestal komen er bij een medicatiebeoordeling zo’n drie tot vijf problemen aan het licht. Voor de meeste daarvan is een oplossing te vinden, bijvoorbeeld door de dosering aan te passen of door een ander middel te kiezen.’

**Onhandig klein**Huisarts Petra Elders benadrukt dat de patiënt zelf een belangrijke rol in de medicatiebeoordeling heeft. ‘De patiënt vertelt ons hoe zijn medicijnen bevallen en welke problemen hij tegenkomt. Uit onderzoek weten we dat patiënten een derde van de problemen zelf aangeven. Dat zijn vaak dingen die wij als huisarts of apotheker niet bedenken. Bijvoorbeeld een pilletje dat onhandig klein is om te slikken. Of een slikmoment dat niet goed past bij de dagindeling.’

**Vijf keer nuttig**Wanneer is een medicatiebeoordeling zeker nuttig?

1. Als u veel (meer dan vijf) verschillende medicijnen slikt.
2. Als u klachten heeft die te maken kunnen hebben met uw medicijngebruik, zoals misselijkheid, vermoeidheid of duizeligheid.
3. Als u moeite heeft om uw medicijnen uit elkaar te houden of op de juiste tijd in te nemen.
4. Als u naast uw medicijnen ook nog middelen van de drogist of homeopathische medicijnen gebruikt. Deze kunnen de werking van uw medicijnen beïnvloeden.
5. Als u moeite heeft met het innemen van uw medicijnen.

Op <http://zorgzine.npcf.nl/medicijnen/> kunt u testen of een medicatiebeoordeling nuttig is voor u. U vindt in dit online magazine ook filmpjes en tips voor een goed gesprek over uw medicijnen. Meer tips vindt u op speciale kaarten op [www.mijnzorgveilig.nl](http://www.mijnzorgveilig.nl) .