

Εργαλείο 4. Ανασκόπηση της τσάντας των Φαρμάκων



Image by Clker-Free-Vector-Images from Pixabay. <https://pixabay.com/vectors/bag-paper-brown-food-sack-24550/>

Σύνοψη

Η «Ανασκόπηση της τσάντας φαρμάκων» (Brown Bag Review) είναι μια κοινή πρακτική κατά την οποία ενθαρρύνουμε τους χρήστες των υπηρεσιών υγείας να φέρνουν όλα τα φάρμακα και τα διατροφικά τους συμπληρώματα κατά την επίσκεψή τους για επανεξέταση. Στόχος είναι να προσδιοριστεί ποια φάρμακα παίρνουν και πώς τα παίρνουν. Με τη διαδικασία μπορούν να εντοπιστούν σφάλματα στη συνταγογράφηση και παρανοήσεις που διαφορετικά θα παραβλέπονταν.

Προσωπικές Εμπειρίες

«Από τις 10-15 ανασκοπήσεις φαρμάκων, μόνο δύο βρέθηκαν σωστές».

«Την ημέρα της εξέτασης της τσάντας των φαρμάκων, ένας ασθενής εμφάνισε ανεξήγητα συμπτώματα. Όταν κοιτάξαμε τα μπουκαλάκια με τα φάρμακά του, καταλάβαμε ότι έπαιρνε διπλάσια δόση **βήτα αναστολέα**. Αν δεν είχαμε εντοπίσει το πρόβλημα με τα φάρμακα, θα τον είχαμε στείλει στο νοσοκομείο».

Ένας οικογενειακός ιατρός επέλεξε να δημιουργήσει επαναχρησιμοποιούμενες σακούλες φαρμάκων με το όνομα και το λογότυπό του και ζήτησε από τους ασθενείς να φέρνουν τα φάρμακά τους και τα συμπληρώματα βιταμινών σε κάθε επίσκεψη.

«Τους αιμακαθορόμενους τους βλέπουμε τρεις φορές την εβδομάδα, οπότε μπορούμε άνετα να δούμε τι φάρμακα παίρνουν, εάν τα παίρνουν σωστά...Κάθε μήνα γίνονται καινούργιες εξετάσεις και μπορεί να αλλάξει η δοσολογία του φαρμάκου και μπορεί να μην τις αντιληφθούν, οπότε θα ήταν καλό να κάνουμε μια διασταύρωση, τι κατάλαβαν τι έχει γίνει και τι έχει αλλάξει» - Νοσηλεύτρια σε μονάδα Νεφρού

Αναλαμβάνοντας Δράση

Προσδιορίστε τα φάρμακα που πρέπει να φέρνουν τα ηλικιωμένα άτομα

- ■ Όλα τα συνταγογραφούμενα φάρμακα.
- ■ Όλα τα φάρμακα χωρίς ιατρική συνταγή.
- ■ Όλες τις βιταμίνες, τα συμπληρώματα και τα φυτικά σκευάσματα.
- ■ Όλες τις τοπικές θεραπείες, τα υγρά, τα ενέσιμα και τα εισπνεόμενα, καθώς και τα χάπια.

Υπενθυμίστε στα ηλικιωμένα άτομα να φέρνουν τα φάρμακα τους

- ■ Συζητήστε την ανασκόπηση των φαρμάκων κατά τη διάρκεια της επίσκεψης και τονίστε τα πιθανά οφέλη (πιθανή μείωση στον αριθμό των φαρμάκων).
- ■ Γράψτε μια σημείωση στην κάρτα των ραντεβού.
- ■ Αναρτήστε αφίσες στον χώρο εξέτασης και στην αίθουσα αναμονής.
- ■ Προμηθεύστε τους με ένα μέσο μεταφοράς, όπως μια σακούλα με την επωνυμία της υπηρεσίας σας, όπου θα αναγράφεται «Φέρτε όλα τα φάρμακά σας».

ΣΥΜΒΟΥΛΗ

Κάθε χρήστης υπηρεσιών υγείας μπορεί να επωφεληθεί από μια Ανασκόπηση Τσάντας Φαρμάκων. Ακόμα κι ηλικιωμένα άτομα που δεν έχουν ιατρική συνταγή για κάποιο φάρμακο, μπορεί να παίρνουν φάρμακα ή συμπληρώματα για τα οποία πρέπει να ξέρετε

Προετοιμαστείτε για την ανασκόπηση

- ■ Μια νοσηλεύτρια μπορεί να ομαδοποιεί τα φάρμακα στην αρχή της επίσκεψης.

Πραγματοποιήστε την ανασκόπηση

- ■ Ζητήστε από το ηλικιωμένο άτομο να σηκώσει κάθε μπουκαλάκι και ρωτήστε το:

- Για ποιον λόγο παίρνετε αυτό το φάρμακο;
- Γνωρίζετε το όνομα του φαρμάκου
- Κάθε πότε το παίρνετε;
- Μπορείτε να μου δείξετε τη δόση που παίρνετε κάθε φορά;

■ ■ Στη διάρκεια της διαδικασίας, χρησιμοποιήστε τη λέξη «φάρμακο» αντί για «φαρμακευτική αγωγή», καθώς πιθανότατα είναι πιο κατανοητή από τους ασθενείς.

■ ■ Οι ηλικιωμένοι ασθενείς συνήθως λαμβάνουν πολλά φάρμακα χωρίς επανέλεγχο για αρκετά χρόνια (πολυφαρμακία). Προσεγγίστε τον ασθενή και ρωτήστε τον:

- Πόσο καιρό παίρνετε αυτό το φάρμακο;
- Έχετε εξεταστεί ξανά για το λόγο που το ξεκινήσατε;

■ ■ Δώστε χρόνο να εξηγήσετε στον ηλικιωμένο ασθενή τις συνέπειες που προκαλεί η χρόνια κατάχρηση φαρμάκων χωρίς την ιατρική παρακολούθηση ή λόγω αυτό-συνταγογράφηση (self-medication). Αξιολογήστε εάν υπάρχουν σημάδια εξάρτησης για συγκεκριμένα φάρμακα που αποτελούν λόγω μη διακοπής ή χρόνιας κατάχρησης και είναι συνέπεια παραμέλησης της φροντίδας της υγείας του ηλικιωμένου ατόμου. Η κάθε περίπτωση χρειάζεται διαφορετική αντιμετώπιση.

■ ■ Αιτίες για την αυτό-συνταγογράφηση μπορεί να είναι το υπερβολικό άγχος φροντίδας του εαυτού, η διάθεση για βοήθεια των μελών της οικογένειας, η έλλειψη χρόνου και υπηρεσιών υγείας, οικονομικές δυσκολίες, άγνοια, παραπληροφόρηση, υπερβολική διαφήμιση και διαθεσιμότητα φαρμάκων χωρίς συνταγογράφηση.

Στο τέλος της συνάντησης για την ανασκόπηση ή σε μία επόμενη συνάντηση εκπαιδεύστε τον ασθενή σας στην ονομασία των κυριότερων φαρμάκων που λαμβάνει και που επικοινωνεί με τους επαγγελματίες υγείας για αυτά.

Διευκρινίστε τις ιατρικές οδηγίες

- ■ Αν διαπιστώσετε ότι τα ηλικιωμένα άτομα παίρνουν φάρμακα με λάθος τρόπο, προσπαθήστε να μάθετε γιατί. Διευκρινίστε τι θα έπρεπε να κάνουν. Χρησιμοποιήστε κοινές, καθημερινές λέξεις και δώστε ακριβείς οδηγίες («Πάρτε ένα χάπι το πρωί και ένα χάπι πριν από τον ύπνο»). Ανατρέξτε στο **Εργαλείο 2: Επικοινωνία με σαφήνεια**, για συμβουλές στη μετάδοση πληροφοριών με τρόπο που διευκολύνει την κατανόηση.
- ■ Επιβεβαιώστε με τον ασθενή να ζητήσει εκτύπωση των οδηγιών και στον φαρμακοποιό του
- ■ Εφαρμόστε τη μέθοδο teach-back για να επιβεβαιώσετε ότι το ηλικιωμένο άτομο έχει καταλάβει. Ανατρέξτε στο **Εργαλείο 3: η μέθοδος Teach-Back**

ΣΥΜΒΟΥΛΗ

Τα ηλικιωμένα άτομα μπορεί να έχουν καταλάβει τις οδηγίες σας, αλλά αποφάσισαν να μην πάρουν το φάρμακό τους σύμφωνα με τις οδηγίες. Κάποιοι ασθενείς θα σας πουν ό,τι πιστεύουν ότι θέλετε να ακούσετε, εκτός εάν αφήσετε να φανεί ότι δεν θα τους κάνετε κήρυγμα εάν σας πουν τι παίρνουν πραγματικά.

Καταγράψτε την ανασκόπηση

- ■ Ενημερώστε τα φάρμακα στο ηλεκτρονικό φάκελο υγείας/ Άυλη ηλεκτρονική συνταγογράφηση φαρμάκων του ηλικιωμένου ατόμου
- ■ Καταγράψτε τις ασυνέπειες στη λήψη φαρμάκων και τι οδηγίες έχει λάβει το άτομο.
- ■ Σημειώστε στον ιατρικό φάκελο του ασθενούς κάθε πότε γίνεται ανασκόπηση φαρμάκων.

Προμηθεύστε τα ηλικιωμένα άτομα με ενημερωμένες λίστες φαρμάκων.

- ■ Τα ηλικιωμένα άτομα θα πρέπει να αποχωρήσουν από την επίσκεψη με μια ενημερωμένη λίστα που περιγράφει ποια φάρμακα πρέπει να παίρνουν, κάθε πότε, με ποιο τρόπο και σε τι δόση
- ■ Ανατρέξτε στο **Εργαλείο 10: Βοήθεια στη λήψη των φαρμάκων: πώς και πότε να παίρνουν τα φάρμακά τους τα ηλικιωμένα άτομα**, για παραδείγματα κατανοητών λιστών φαρμάκων και τρόπους να βοηθάτε τους ασθενείς να θυμούνται πώς να παίρνουν σωστά τα φάρμακά τους.

Παρακολουθήστε την πρόοδό σας

Στην έξοδο ρωτήστε τα ηλικιωμένα άτομα εάν είχαν φέρει όλα τα φάρμακά τους σε μια τσάντα Ανασκόπησης Φαρμάκων. Εάν το έχουν κάνει, ρωτήστε εάν πραγματοποιήθηκε η ανασκόπηση.

Παρακολουθήστε τα ιατρικά αρχεία των ηλικιωμένων ατόμων σε ένα πρόγραμμα ρουτίνας (π.χ. κάθε μήνα) για να υπολογίσετε το ποσοστό των ατόμων που εξετάστηκαν στη διάρκεια αυτής της περιόδου οι οποίοι πραγματοποίησαν Ανασκόπηση της Τσάντας των Φαρμάκων.