

# Onko lääkehoitosi turvallista?

**Itsehoito onnistuu, kun asiantuntijan käytössä on kaikki lääkehoidon valintaan tarvittava tieto.**

**Suomen Potilasturvallisuusyhdistyksen Turvallinen Lääkehoito -jaos tukee kansallista Lääkehoidon päivää ja haluaa muistuttaa itsehoitolääkkeiden turvallisesta käytöstä.** Apteekista ilman reseptiä saatavat itsehoitolääkkeet on tarkoitettu lieviin oireisiin, jotka ovat helposti itse tunnistettavissa. Ne soveltuvat pääsääntöisesti vain tilapäiseen käyttöön.

Oikein käytettyinä itsehoitolääkkeet ovat tehokkaita ja turvallisia. Itsehoitolääkkeisiin voi kuitenkin liittyä myös riskejä, jotka voivat johtua esimerkiksi vääränlaisesta käytöstä. Joillakin itsehoitolääkkeillä voi olla myös haitallisia yhteisvaikutuksia muiden lääkkeiden, alkoholin tai ruoan kanssa.

## **Kerro kaikista käyttämästäsi lääkkeistä**

Lääkkeiden käyttäjä voi itse monella tavalla edistää lääkehoitonsa turvallisuutta.

Lääkärin vastaanotolla on syytä kertoa aina kaikista käytössä olevista lääkkeistä. Tämä on tärkeää, sillä myös itsehoitolääkkeet sekä rohdos- ja ravintolisävalmisteet saattavat joskus haitata muun lääkehoidon onnistumista. Nämä valmisteet jäävät kuitenkin usein potilailta mainitsematta.

Lääkäriltä jää tärkeää lääkehoidon arviointiin tarvittavaa tietoa hyödyntämättä, jos hänellä ei ole kokonaiskuvaa lääkityksestä. Tämä voi vaarantaa lääkehoidon turvallisuuden.

Myös apteekin tehtävänä on varmistaa lääkkeiden turvallinen käyttö. Tästä syystä itsehoitolääkettä ostavalta asiakkaalta kysytään lääkkeen käyttötarkoitusta, muita sairauksia tai käytössä olevia lääkkeitä.

Kertomalla taustatiedot asiakas voi vaikuttaa siihen, että hän saa sopivan itsehoitolääkkeen hänelle sopivalla annoksella ja ohjeilla. Apteekista ohjataan lääkärin vastaanotolle ne asiakkaat, joiden itsehoitolääkkeiden käytöstä tulee ensin keskustella lääkärin kanssa tai joiden oireet eivät sovellu itsehoitoon.

Itsehoitolääkkeen käyttäjällä itselläänkin on tärkeä velvollisuus varmistaa, että hänellä on riittävät tiedot lääkkeen käytöstä, ja että hän käyttää lääkettä ohjeen mukaisesti. Jos jokin tuntuu epäselvältä, on aina hyvä kysyä neuvoa apteekista tai lääkäriltä.

## **Työkaluja avuksi**

Lääkehoidon hallinnan apuna voi käyttää kaikille avoimia työkaluja. **Kysy ja kerro lääkehoidostasi!** -muistilista listaa lääkehoitoon liittyvät asiat, jotka tulisi varmistaa terveydenhuollossa asioidessa.

Sähköisen **Lääkekortti.fi-palvelun** avulla voi ylläpitää internetissä ilmaiseksi omia lääketietojaan. Lääkekortti on myös helposti tulostettavissa mukaan terveydenhuollossa tai apteekissa asioimista varten.

Ajantasaista lääkekorttia voi kysyä myös omasta apteekista tai terveydenhuollon henkilöstöltä.

Lääkealan turvallisuus ja kehittämiskeskus Fimean koordinoimaa kansallista Lääkehoidon päivää vietetään 19. maaliskuuta 2014. Päivän teemana on *Tunne lääkkeesi: Itsehoitolääkkeiden järkevä ja turvallinen käyttö*. Katso lisää tietoa ja Lääkehoidon päivän tapahtumia osoitteesta: [www.laakehoidonpaiva.fi](http://www.laakehoidonpaiva.fi).

**Työkaluja lääkkeen käyttäjälle:**

Kysy ja kerro lääkehoidostasi! -muistilista (Potilaan käsikirjassa) [www.thl.fi](http://www.thl.fi)

Sähköinen Lääkekortti.fi-palvelu [www.laakekortti.fi](http://www.laakekortti.fi)

**Luotettavaa lääketietoa:**

[www.laakeinfo.fi](http://www.laakeinfo.fi)

[www.fimea.fi/laaketieto/valmisteyhteenvedot](http://www.fimea.fi/laaketieto/valmisteyhteenvedot)

[www.terveyskirjasto.fi](http://www.terveyskirjasto.fi)

*Lisätietoja antavat:*

*Suomen Potilasturvallisuusyhdistyksen Turvallinen lääkehoito -jaos*

- Anna-Riia Holmström, p. 044 574 7018, s-posti: [anna-riia.holmstrom@helsinki.fi](mailto:anna-riia.holmstrom@helsinki.fi)
- Carita Linden-Lahti, p. 040 700 2782, s-posti: [carita.linden-lahti@lahti.fi](mailto:carita.linden-lahti@lahti.fi)



[www.potilasturvallisuusyhdistys.fi](http://www.potilasturvallisuusyhdistys.fi)