



**KOLL PÅ  
LÄKEMEDEL**

# KLOKA FRÅGOR

---

Om äldres läkemedelsbehandling  
att ställa i sjukvården

Kloka frågor vänder sig till dig som är äldre och som använder läkemedel. Med stigande ålder blir det vanligare att man behöver läkemedel. För några handlar om tillfällig medicinering, men för de som har flera sjukdomar, kan det bli många läkemedel under längre tid. Ju fler läkemedel man tar, desto större är risken att man får biverkningar och att behandlingen inte ger önskat resultat. Vissa läkemedel är dessutom olämpliga för äldre. Behandling av äldre med många sjukdomar innebär utmaningar för både läkare och patient.

Det är viktigt att det finns en förtroendefull relation och en samsyn mellan dig som patient och din läkare för att behandlingen ska bli bra.

Läkaren behöver få veta vad du som patient undrar över kring din sjukdom och dess behandling. Många problem kan lösas om du som patient ställer rätt frågor. Det är till och med så att en aktiv och engagerad patient ofta får en bättre behandling än den som är tyst och passiv. Samtidigt är det inte alltid lätt att komma ihåg allt du vill fråga om. Om du som patient behöver tips om frågor kan den här broschyren med Kloka frågor vara till hjälp.

### Välj frågor och notera svaren

Här följer ett antal förslag som hjälper dig att bli en mer aktiv patient. Frågorna är samlade under rubriker, för att underlätta för dig att hitta rätt. Välj någon eller några frågor som passar dig och ställ dem nästa gång du besöker din läkare. Notera gärna svaret och det bemötande som du får. Har du speciella frågor om din sjukdom och dess behandling, skriv ner dessa inför läkarmötet.

Ställ alltid frågor så att du säkert vet varför och hur du ska ta dina läkemedel!

## Du ska veta varför och hur du ska ta dina mediciner

### FRÅGOR

### KOMMENTARER

*Varför får jag den här medicinen?*

Läkaren ska skriva ut orsaken på receptet.

*Botar, lindrar eller minskar medicinen risken för sjukdom?*

Många mediciner minskar risken för sjukdom men botar inte.

*Hur känner jag av verkan av medicinen?*

Många effekter känner man inte av alls. De måste kanske mätas genom blodprov etc.

*Vad är behandlingsmålet för det läkemedel som du skriver ut?*

T.ex. att blodtrycket ska vara högst 140/90 eller blodssockret under en viss nivå.

*När och hur ska du följa upp om behandlingsmålet har nåtts?*

Vid återbesök hos läkare eller sjuksköterska eller telefonkontakt.

*Hur länge ska jag ta medicinen?*

Man måste veta om medicinen ska tas livslångt, som en kort kur eller vid behov.

*Jag kommer inte ihåg allt som du sagt tills jag kommer hem. Kan du skriva ner det viktigaste?*

Du har rätt att få skriftlig information. Be läkaren skriva ut din aktuella läkemedelslista eller hämta en komplett lista över dina recept-läkemedel på ditt apotek.

*Skriver du på burkarna vad alla mediciner är bra för?*

Du har rätt att få skriftlig information. Det läkaren skriver på receptet kommer automatiskt på etiketten från apoteket.

*Har du skrivit ut mediciner så att det räcker till nästa gång vi träffas?*

Det kostar tid och pengar för dig och för vårdpersonalen att behöva ringa för att få mer medicin.

*Jag behöver hjälp för att tyda bipacksedeln. Kan du hjälpa till?*

Farmaceuten på apoteket eller läkaren kan hjälpa till.

## Diskutera för- och nackdelar med dina mediciner

### FRÅGOR

*Hur vet jag att jag har nytta av den här medicinen?*

### KOMMENTARER

Man ska vara övertygad om att man har nytta av den medicin man tar. Nyttan kan vara olika vid olika sjukdomar. Du kan även begära en personlig läkemedelsrådgivning på ditt apotek.

*Är det något särskilt jag ska tänka på då jag tar den här medicinen?*

Vissa mediciner kan tas med mat, andra inte. Vid några ska man undvika alkohol. Vissa ska inte tas om man kör bil.

*Är den här medicinen testad på eller lämpliga för äldre personer?*

Många mediciner är inte utprovade för äldre eller bör undvikas av äldre personer.

*Kan några av alla mina mediciner ge interaktioner?*

Interaktioner = läkemedel som krockar. Ju fler mediciner man har desto större är risken.

*Kommer den här behandlingen att göra att jag inte kan göra allt som jag vill?*

Viktig fråga om man får en ny medicin.

*Kan jag ta medicinen då jag kör bil?*

Bra att veta om du är bilförare. Gäller främst smärtstillande och lugnande medel.

*Kan jag bli beroende av medicinerna?*

Viktig fråga så att du inte hamnar i ett beroende.

*Vad händer om jag glömer att ta medicinen?*

För de flesta mediciner (men inte alla) kan man glömma enstaka dagar utan problem.

*Vilka är de vanligaste biverkningar som kan jag få? Vad gör jag då?*

Bra att veta så att du handlar rätt om du tror att du fått biverkningar. Med självskattningsverktyget PHASE-20 kan du själv ange hur du upplever din läkemedelsbehandling. (Se kollpalakemedel.se) Ta gärna med listan till läkarbesöket.

*Vilka läkemedel av alla som jag har är viktigast?*

Viktig fråga om du har många mediciner. Alla mediciner är inte lika viktiga.

## Om du tycker att du har för många mediciner

### FRÅGOR

*Måste jag ha så många mediciner?*

### KOMMENTARER

Be läkaren ange vilka mediciner som är viktigast, mindre viktiga eller endast ska användas vid behov.

*Jag har många mediciner. Tar du ansvar för att de passar ihop?*

Medicinerna ska inte påverka varandras effekt.

*Varför ska jag fortsätta att ta medicinen nu då blodtrycket är bra?*

Bra att få detta förklarat så att du inte gör fel.

*Varför måste jag ha två mediciner för blodtrycket? Räcker det inte med en?*

Mer motion, mindre vikt och stress kan minska behovet av mediciner.

*Varför måste jag ha två mediciner för hjärtat? Räcker det inte med en?*

Bra att få detta förklarat så att du inte gör fel.

*Är det bra för mig som är så här gammal att få så många mediciner?*

Om du har för många mediciner kan läkaren ta bort de som är mindre viktiga.

Be läkaren om en Läkemedelsgenomgång om du har fler än 5 mediciner och är över 75 år, det är en rättighet.



## Det finns mediciner som är olämpliga för äldre

### FRÅGOR

Det finns läkemedel som Socialstyrelsen säger är olämpliga för äldre. Är det några av dem som jag har?

Har du sett till att alla mina mediciner är lämpliga för mig?

Jag har ju haft medicinen tidigare. Kan jag inte få fortsätta med den?

Finns det några alternativ till den olämpliga medicinen?

### KOMMENTARER

Alla dessa medel finns i den så kallade Okloka listan som du hittar på [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se) eller i broschyren "Kloka Rättigheter".

Viktig fråga om du har många mediciner.

Vanlig fråga om läkaren vill ta bort olämpliga mediciner.

Viktig fråga om du fått olämpliga mediciner på recept.

## Övriga kloka frågor

### FRÅGOR

Varför får jag träffa olika läkare varje gång?

Varför kan jag inte få tala med den läkare som känner mig?

Hur kontrollerar du om medicinen har hjälpt?

Olika läkare säger olika saker – hur ska jag veta vad som är rätt?

### KOMMENTARER

Samma läkare varje gång ger trygghet och bättre behandling.

Då du beställer tid, begär då att få träffa den läkare som du tidigare haft.

För att veta att man har rätt medicin och rätt dos. Och att medicinen gett dig den önskade effekten.

Bra att någon förklarar olikheterna. Är du osäker kan du begära en Läkemedelsgenomgång, eller boka rådgivning på apoteket.

Kan du skriva ut en billig medicin som jag har råd med?

Kan jag inte få en startförpackning för att prova medicinen?

Kan du hjälpa mig så att jag inte får en ny medicin varje gång som jag går till apoteket?

Finns det inga andra sätt än läkemedel för att behandla mig?

Vad heter du i för- och efternamn?

Apoteket kan också hjälpa till med delbetalning.

Bra att du börjar med en liten, billigare förpackning, ifall du senare måste byta till en annan medicin.

Läkaren kan markera på receptet att byte inte ska ske.

Det kan ibland vara bättre med livsstilsbehandling – rökstopp, motion, normalvikt, god sömn och mindre stress.

Skriv ner svaret så att du minns det till nästa gång du ringer.

Frågorna omfattar många olika problem som kanske inte gäller dig. Välj de frågor som passar dig och ställ dessa nästa gång du besöker läkare.

Kloka frågor kan diskuteras på medlemsmöten i pensionärsorganisationerna eller varför inte ordna studiecirkel kring frågorna, då man t.ex. genom rollspel prövar på hur det känns att ställa dessa frågor. Efterhand blir du bättre på att fråga, då ökar möjligheterna för att du ska få en bra läkemedelsbehandling.

**Glöm inte att skriva ner de frågor som du vill ställa till läkaren!**

Mer information och kontaktuppgifter finns på [www.kollpalakemedel.se](http://www.kollpalakemedel.se)

Där finns också denna broschyr i pdf-format.  
Kontakt: [kollpalakemedel@apoteket.se](mailto:kollpalakemedel@apoteket.se)

**Broschyren är producerad av Koll på läkemedel.  
Ett samarbete mellan**



Originalförfattare: Bertil Hagström, med dr, allmänläkare,  
Svensk Förening för Allmänmedicin. Lars Nilsson, professor em.  
läkemedelssakkunnig, SPF Seniorerna.

*Bearbetad av Koll på läkemedels styrgrupp och Bertil Hagström 2017*