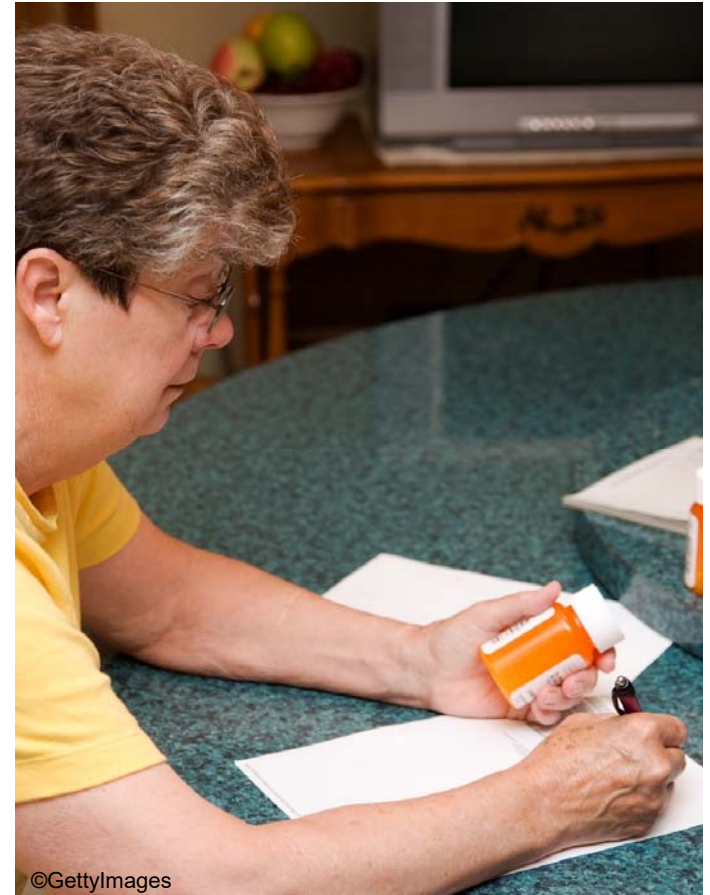


Tee oma lääkityslista!

30.3.2020

Diasarjassa kuvataan

- Mikä on lääkityslista?
- Miksi ajantasainen lääkityslista on tärkeä?
- Miten ajantasaista lääkitystietoa hyödynnetään?



©Gettyimages

Mikä on lääkityslista?

- Lääkityslistalle on koottu ajantasainen tieto kaikista käytössäsi olevista lääkkeistä ja ravintolisistä
 - Reseptilääkkeet
 - Itsehoitolääkkeet
 - Rokotteet
 - Ravintolisät
- Valmisteen nimi, käytetty annos ja käyttötarkoitus
- Mahdolliseen lisätietojä kohtaan voi kirjata esimerkiksi lääkehoidon tavoitteet

Esimerkki lääkityslistasta

Lääke	Annos	Käyttötarkoitus
Amloratio 10 mg	1 tabletti aamuisin	Verenpaineeseen
Simvastatin Actavis 40 mg	1 tabletti iltaisin	Kolesterolilääke
Orloc 5 mg	1 tabletti aamuisin	Sydänlääke-LOPETETTU
Efexor Depot 75 mg (vaihdettu:Venlafaxin Orion)	1 kapseli aamuisin	Masennuslääke
Calcichew D3 Forte	1 tabletti aamulla ja illalla	Vitamiini ja kivennäisaine
Vagifem 10 ug	1 puikko 2 kertaa / vkossa	Limakalvojen hoitoon
Tenox 10 mg	1 tabletti tarvittaessa yöksi	Unilääke
Panadol Forte 1 g	1 tabletti tarvittaessa, max. 3 tablettia päivässä	Kipuun
Tranemax-karpalovalmiste	1 kapseli aamuin illoin	Virtsatietulehduksen estoon

Miksi lääkityslista on tärkeä?

- Vain sinä tiedät, mitä lääkkeitä todellisuudessa käytät!
- Lääkitystietosi ei aina siirry sähköisesti hoitopaikasta toiseen
 - Sähköinen reseptikään ei takaa sitä, että ammattilaisella olisi ajantasainen tieto lääkityksestäsi
 - Joskus reseptiin kirjattu tieto voi olla eri kuin kotona käytetty annosohje
 - Tieto itsehoitolääkkeiden ja ravintolisien käytöstä on myös tärkeää hoitopäätöksiä tehtäessä

Mitä hyötyä lääkityslistasta on?

- **Tunnet itse** käyttämiesi lääkkeiden nimet, annokset ja käyttötarkoitukset. Saavutat paremmin lääkehoidollesi asetetut tavoitteet.
- Farmaseutti, proviisori tai lääkäri voi tarkistaa, onko lääkityksessäsi **yhteisvaikutuksia** tai voiko joku kokemasi oire johtua käyttämästäsi lääkkeestä.
- **Akuutissa hoitotilanteessa** terveydenhuollon ammattilainen voi tarkistaa kotilääkityksesi – hoitopäätökset perustuvat oikeaan tietoon.

Mistä lääkityslistan saa?

- Lääkityslista voi olla:
 - Käsin kirjoitettu paperille tai esimerkiksi potilasjärjestön tuottamalle lomakkeelle
 - Yhteenvedo reseptilääkkeistä täydennettynä itsehoitolääkkeillä ja ravintolisillä
 - Yhteenvedon reseptilääkkeistä voit saada vastaanotolta, apteekista tai tulostaa itse Omakannasta (www.kanta.fi)
 - Tietokoneella laadittu, esim. www.laakekortti.fi palvelussa
 - Älypuhelinsovelluksessa mukana kulkeva lääkityslista

→ Tarkista ajantasaisuus ja täydennä aina käyttämäsi itsehoitolääkkeet ja ravintolisät!

Ylläpidä lääkitykslistasi!

- Päivitä lääkitykslistaa aina, kun lääkityksessäsi tapahtuu muutoksia
- Pidä lääkitykslista aina mukana asioidessasi terveydenhuollon yksiköissä ja apteekissa
- Pyydä lääkäriä, hoitajaa tai farmaseuttia aika ajoin tarkastamaan kanssasi lääkitykslistan ajantasaisuus

Tunne lääkkeesi

Huolehdi oma lääkityslistasi
kuntoon!

Kysy rohkeasti neuvoa
apteekista, hoitajalta tai
lääkäriltäsi!



©GettyImages

Lisätietoja:
https://www.fimea.fi/kansalaisen_laaketieto/laakityslista