



Welke medicijnen heeft u écht nodig?

U gebruikt al langere tijd medicijnen? De huisarts of specialist heeft ze voorgeschreven. En u neemt ze in met de bedoeling dat het daardoor beter met u gaat of om klachten te voorkomen. Soms merkt u helaas weinig voordelen van een medicijn. Of u hebt juist veel last van de bijwerkingen. Vaak moet u deze medicijnen dan toch blijven gebruiken om uw aandoening goed te behandelen.

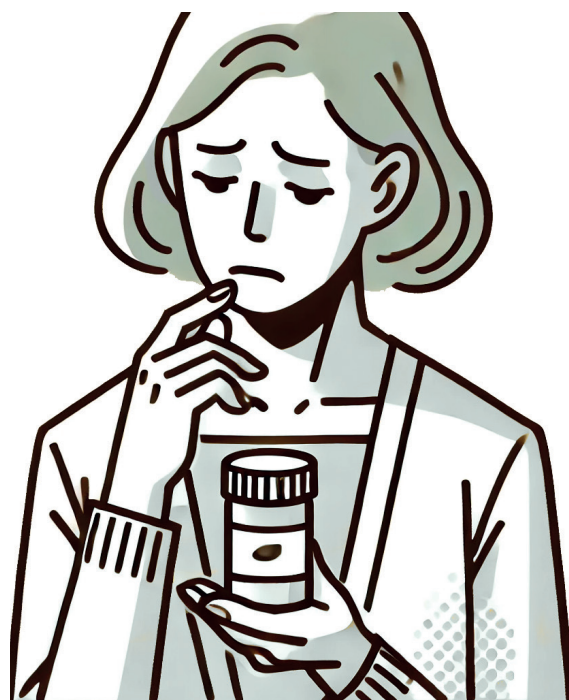
Toch kunt u misschien met een aantal medicijnen minderen of stoppen. Praat daar eens over met uw huisarts, praktijkverpleegkundige of apotheker. Samen kunt u kijken welke medicijnen u écht nodig hebt.

Het kan ook zijn dat uw apotheker na een medicijnencontrole zelf contact met u zoekt, omdat hij of zij vermoedt dat u niet alle medicijnen meer nodig heeft.

Wanneer moet ik erover nadenken?

Uw gezondheid en hoe u zich voelt, verandert altijd. U wordt bovendien ouder en kent vast het gezegde: ouderdom komt met gebreken. De een krijgt problemen met het geheugen, een ander moet voorzichtig zijn om niet te vallen.

Ook medicijnen hebben invloed op hoe het met u gaat. Ze kunnen het risico op bijvoorbeeld vallen of geheugenproblemen vergroten. Misschien vraagt u zich af of dat ook voor u geldt. Dat kan een reden zijn om hierover in gesprek te gaan met uw huisarts of apotheker. Laat u door hen adviseren, en ga nooit zonder dit overleg uw medicatie afbouwen of stoppen.



Laatste levensfase

Een goede kwaliteit van leven is belangrijk. Voor mensen die niet meer beter kunnen worden, voegen medicijnen zoals bloedrukverlagers, plastabletten of cholesterolverlagers, niet altijd meer wat toe. Soms voelen mensen zich zelfs beter als ze in de laatste levensfase met bepaalde medicijnen stoppen.

Het is wel belangrijk om alleen te stoppen in overleg met de huisarts of apotheker.



Wat kunt u doen?

1 Praat erover

Bespreek met uw naasten dat u nadenkt over de medicijnen die u inneemt. Of dat u zich afvraagt of het zinvol is dat u die medicijnen blijft gebruiken. Vraag uw huisarts, praktijkverpleegkundige of apotheker of uw medicijnen invloed kunnen hebben op hoe u zich voelt. En of het beter is om met bepaalde medicijnen te stoppen of te minderen.

2 Zorgverleners overleggen

Uw huisarts, praktijkverpleegkundige en apotheker gaan met elkaar in gesprek. Ze kijken daarbij naar alle medicijnen die u gebruikt. Dat zijn de medicijnen die u zelf koopt, die uw huisarts heeft voorgeschreven én de medicijnen die een medisch specialist u misschien heeft voorgeschreven. Als het nodig is overleggen ze daarover ook met die specialist.

Uiteraard overleggen de zorgverleners ook altijd met u.

3 Minderen of stoppen met medicijnen

U bespreekt met uw huisarts, praktijkverpleegkundige of apotheker met welke medicijnen u kunt minderen of stoppen. Dat kan meestal niet zomaar ineens. In de apotheek krijgt u uitleg over hoe u de medicijnen goed kunt afbouwen.

Vanzelfsprekend laten uw zorgverleners u alleen minderen of stoppen met medicijnen als dat veilig kan.

4 Let op veranderingen!

De huisarts, praktijkverpleegkundige en apotheker hebben goed nagedacht over de medicijnen die u gebruikt. Toch blijft het altijd belangrijk om goed op uw gezondheid te letten. Verandert er iets in uw lichaam? Krijgt u klachten of hebt u ergens last van? Vertel dit dan aan uw huisarts of apotheker. Of bijvoorbeeld aan de thuiszorg die bij u langskomt. Samen zullen uw zorgverleners dan beoordelen of deze veranderingen komen door het minderen of stoppen van de medicijnen of dat er iets anders aan de hand is.



5 Controle

Soms is er na het minderen of stoppen met medicijnen een extra controle nodig. Het kan ook zijn dat uw zorgverlener een moment met u afsprekt om samen te bekijken hoe het gaat.

Krijgt u na het stoppen of minderen ongewenste klachten, neem dan altijd contact op met uw zorgverlener.

6 Nieuw medicatieoverzicht

Vraag bij de apotheek om een nieuw medicatieoverzicht als uw medicijngebruik is veranderd. Het is belangrijk dat u dit overzicht vervolgens ook zelf laat zien aan alle zorgverleners waar u mee te maken hebt. Denk dan bijvoorbeeld aan uw huisarts en medisch specialist. Maar ook aan de thuiszorg, als u daar gebruik van maakt.

⊗ Andere redenen om minder medicijnen te gebruiken

Minderen of stoppen met medicijnen kan goed zijn voor uzelf. Het is daarnaast ook beter voor het milieu. Medicijnresten komen vaak in het oppervlaktewater terecht. Dat geeft schade aan de natuur. Door minder medicijnen te gebruiken, komen er ook minder resten in het water terecht. Dit kan voor mensen ook een belangrijke reden zijn om na te denken over de medicijnen die ze gebruiken.

Het is ook vanzelfsprekend dat de kosten voor uw medicijnen lager worden als u minder medicijnen gebruikt. Dit merkt u misschien zelf niet altijd, omdat ze vaak door de basisverzekering worden vergoed.

ⓘ Wilt u meer informatie?

Wilt u in gesprek met uw huisarts, praktijkverpleegkundige of apotheker? Vraag dan om een afspraak.

Wilt u meer lezen over het stoppen of minderen van medicijnen? Kijk dan op: www.thuisarts.nl en op www.apotheek.nl en zoek op 'stoppen'.