



KÄYPÄ HOITO -SUOSITUKSEN IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA: ITSELÄÄKITYS

13.4.2016

IMPLEMENTOINNIN TAVOITTEET

Tähän kirjataan suositustyöryhmän **tavoitteet** toimintatapojen muutokselle. Kirjataan vähintään viisi asiaa, joissa kliinisen kokemuksen perusteella on epäsuhtaa suosituksen ja toiminnan välillä.

<p>1. Lääkehoidon yhteydessä terveydenhuollon ammattilaiset kysyvät aina käytössä olevat lääkkeet. Potilaalla on tiedossa lääkehoidon kokonaisuus ja hän kertoo ajantasaisen tiedon käyttämistään lääkkeistä terveydenhuollon ammattilaiselle. Myös itsehoitolääkkeet kuuluvat tähän kokonaisuuteen. Itselääkitys on osa lääkehoitoa. Kokonaisuus on otettava aina huomioon lääkehoidon yhteydessä. Potilaalla on velvollisuus kertoa käyttämänsä lääkkeet ja terveydenhuollon ammattilaisella kysyä käytössä olevista lääkkeistä.</p>
<p>2. Terveydenhuollon ammattilainen ottaa huomioon itsehoitolääkkeet ja niiden mahdolliset haitat sekä yhteisvaikutukset lääkehoidon muutosten yhteydessä. Itsehoitolääkkeet ovat tehokkaita ja turvallisia oikein käytettynä. Niillä on haittavaikutuksia ja yhteisvaikutuksia.</p>
<p>3. Lasten yskään ei käytetä itsehoitoyskänlääkkeitä, sillä niiden mahdolliset haitat ovat suurempia kuin niiden mahdolliset hyödyt. Aikuisten yskänoiretta lievitetään vain harkiten yskänlääkkeillä, koska itsehoitoyskänlääkkeillä ei ilmeisesti ole merkittävää tehoa akuutin yskän oireisiin aikuisilla. Flunssat ovat virustauteja. Niiden oireet ovat yleensä lieviä ja kestävät tavallisesti 1–2 viikkoa. Joissakin tapauksissa oireet jatkuvat useamman viikon ajan. Yskä on hengitysteiden suojarahkeiksi tulehdukselle ja ärsytykselle. Sen tehtävänä on poistaa lima. Infektion aiheuttama yskä kestää yleensä 1–2 viikkoa, mutta saattaa jatkua 4 viikkoa. Tutkimusten perusteella itsehoitoyskänlääkkeillä ei ilmeisesti ole merkittävää tehoa akuutin yskän oireisiin aikuisilla. Lasten yskää ei suositella hoidettavaksi itsehoitoyskänlääkkeillä, sillä niiden mahdolliset haitat ovat suurempia kuin niiden mahdolliset hyödyt.</p>
<p>4. Siitepölyallergian silmä- ja nenäoireita hoidetaan ensisijaisesti paikallisvalmisteilla. Allergisten silmäoireiden ensisijaiseksi hoidoksi suositellaan antihistamiinisilmätippoja. Nenään annosteltavat kortikosteroidit ovat ensisijainen lääkitys allergisen nuhan hoidossa. Siitepölyallergian hoidossa ensisijaisia ovat paikallishoitolääkkeet. Ne ovat usein yksinään riittävä hoito.</p>
<p>5. Itsehoidossa ei käytetä useaa tulehduskipulääkettä yhtäaikaaisesti. Usean tulehduskipulääkkeen yhtäaikaista käyttöä tulee välttää. On hyvä huomioida, että osassa ”flunssalääkkeistä” on mukana (tulehdus)kipulääke.</p>



6. Apteekin henkilökunta ohjaa asiakkaita aktiivisesti suosituksen potilasversioiden käyttöön.

Suosituksesta on laadittu yleiskielisiä potilasohjeita.

SUOSITUKSEN SISÄLTÄMÄT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

Tähän kirjataan suosituksen materiaalit, jotka esitetään nettisivuilla oikeassa palstassa kohdassa ”Opi ja ota käyttöön”. Linkki voidaan tehdä esimerkiksi kaavioihin, taulukoihin, kuviin ja erilaisiin lisämateriaaleihin, kuten potilasohjeet, kaavakkeet, videot.

- Taulukko: Itsehoitolääkkeiden yhteisvaikutuksia
- Taulukko: Kipulääkkeet, aikuiset
- Taulukko: Allergian paikallishoito, silmät
- Taulukko: Allergian paikallishoito, nenä
- Taulukko: Suun kautta otettavat allergialääkkeet
- Taulukko: Refluksioireiden lääkehoito
- Taulukko: Ummetuslääkkeet, aikuiset
- Taulukko: Ummetuslääkkeet, lapset
- Taulukko: Varvasvälisilsan lääkehoito

ERIKSEEN TOTEUTETTAVAT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

Tähän kuvataan toteutettavat materiaalit, kuten luentomateriaali, mittarit, julisteet, videot, verkkokurssi

- Suosituksesta tehdään potilasohjeet, jotka julkaistaan suosituksen yhteydessä. Lisäksi osasta tehdään taittoversio painoversiota varten.
 - Emättimen hiivatulehdus
 - Flunssa, aikuiset
 - Flunssa, lapset
 - Jännityspäänsärky ja migreeni
 - Lihas-, nivel- ja selkäkipu
 - Lyhytkestoinen ripuli
 - Närästys
 - Siitepölyallergia
 - Ummetus, aikuiset
 - Ummetus, lapset
 - Varvasvälisilsa

VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

Tähän kirjataan suunnitellut tiedottamiskanavat (tiedotustilaisuus, tiedote, päivitysuutinen, KH-uutiskirje, some).

- Tiedotustilaisuus järjestetään Apteekkaripäivien yhteydessä 21.4.2016
- Tiedote julkaistaan Käyvän hoidon ja Duodecimin -kotisivuilla sekä Terveysportissa
- Some (Facebook, Twitter)
- KH-uutiskirjeessä minitiedote potilasmateriaaleista
- Duodecim jäsenkirje



Suomalainen Lääkäriseura Duodecim
Käypä hoito

KOULUTUKSET

Tähän kirjataan tiedossa olevat suunnitellut koulutukset (Otsikko, paikka, aika).

- Apteekkaripäivät 21.4.2016
- Farmasian päivät 11/2016