



ZORG leef.nl

Tips & Weetjes

De **gouden sleutelbloem** oftewel de **Primula veris** is een winterharde, vaste plant. De Latijnse naam is afgeleid van het woord *primus* dat eerste betekent: in het voorjaar is de *Primula* een van de eerst bloeiende planten met prachtige gele bloemen. Aan de wortels, bladeren en bloemen van de plant worden meerdere geneeskrachtige werkingen toegeschreven. Het zou krampen verminderen en bij kinkhoest en verkoudheid slijmoplossend werken. Ook zou het bloedstolling tegengaan en helpen bij de behandeling van tuberculose, nieraandoeningen en urineweginfecties. En thee gemaakt van de bladeren van de gouden sleutelbloem zou kalmerend werken. Wetenschappelijk is alleen de krampstillende werking bewezen.

Vragen?

Kom naar het inlooppreekuur

Elke woensdagochtend van 11.00 tot 12.00 uur is er een inlooppreekuur voor cliënten die vragen hebben over medicijnen en het gebruik ervan. Iedereen met vragen over medicijnen is van harte welkom, ook als u mantelzorger bent en vragen hebt over het medicijngebruik van hun naaste. In dat laatste geval moet u wel gemachtigd zijn. Het gebruik van medicijnen is immers privé. Aan het inlooppreekuur zitten geen kosten verbonden.

Spreekkamer

Het inlooppreekuur vindt plaats in onze spreekkamer. Hier kunt u rustig en ongestoord uw vragen kwijt aan een van onze apothekers. Een afspraak maken is niet nodig. Als de deur van de wachtkamer open staat, kunt u binnenkomen. Zit de deur dicht, dan is de apotheker in gesprek en kunt u wachten tot u aan de beurt bent in onze wachtruimte.

Medicatiebeoordelingen

Het inlooppreekuur staat los van onze medicatiegesprekken met ouderen die dagelijks zes of meer geneesmiddelen gebruiken. Het inlooppreekuur is vooral bedoeld om al uw vragen rondom medicijnen en het gebruik ervan op een persoonlijke en laagdrempelige wijze te beantwoorden.

Meer privacy

De verbouw van de apotheek is klaar, op enkele kleine dingen na. Bijna twee weken lang is er hard gewerkt om de verbouw zo snel mogelijk af te ronden en het ongemak voor cliënten en medewerkers zoveel als mogelijk te beperken. We zijn blij met het resultaat. Vooral met de nieuwe balies die voorzien zijn van akoestische panelen. Deze moeten ervoor zorgen dat de daar gevoerde gesprekken in alle vertrouwelijkheid en buiten gehoorsafstand van derden plaats kunnen vinden. Ook een aanwinst is de verlaagde balie voor cliënten die gebonden zijn aan een rolstoel.

Wat vindt u van de nieuwe inrichting? Laat het ons vooral weten!

Slikproblemen?

Heeft u slikproblemen en moeite met het innemen van medicijnen? Laat het ons weten. Kom naar ons gratis inlooppreekuur elke woensdagochtend van 11.00 tot 12.00 uur. Wellicht kunnen we samen een oplossing bedenken waardoor u uw medicijnen gemakkelijker in kunt nemen.

Alvast enkele tips

Een tablet of capsule is gemakkelijker door te slikken als u uw hoofd een stukje voorover buigt. U slikt dan geen lucht mee in. Neem eerst een slok water, leg de tablet of capsule op de tong en slik deze door met een of twee flinke slokken water. Drink hierna nog een glas water.

Vindt u het lastig uw medicijn met water in te nemen? Vraag ons of u het samen met een lepel jam of slikgel of wat yoghurt, melk of vla mag innemen. Hierdoor glijdt het medicijn gemakkelijker naar binnen.

De buitenkant van een capsule is soms zachter te maken door de capsule even in een lepel water te leggen. Dit kan niet bij alle capsules. Vraag ons daarom of dit mogelijk is met de capsules die u gebruikt.

Capsules of tabletten zijn soms gemakkelijker in te nemen als u ze openbreekt, fijnmaakt of halveert. Dit kan echter de werking verminderen en/of vervelende bijwerkingen geven. Vraag ons daarom eerst of dit kan met uw capsule of tablet.



Ruud Timmerman

Apotheek Heerde

T. (0578) 69 27 90

E. info@apotheekheerde.nl

I. www.apotheekheerde.nl



Terugroepactie medicijnen

Begin deze maand was er een grote terugroepactie van maagzuurremmers met ranitidine. Reden was een mogelijke vervuiling met NDMA, een stofje waarvan vermoed wordt dat het in hoge concentraties kanker verwekt. Cliënten die op recept medicijnen met ranitidine gebruiken zijn door ons persoonlijk geïnformeerd en in overleg met de betreffende huisartsen voorzien van nieuwe medicatie.

Hoe dit kon gebeuren

Vorig jaar zomer werd ontdekt dat bij de productie van valsartan, een middel tegen hoge bloeddruk, ook NDMA kon ontstaan. Uit daaropvolgend onderzoek blijkt nu dat dat waarschijnlijk ook bij de productie van ranitidine het geval is. Daarom zijn uit voorzorg alle op recept voorgeschreven medicijnen met ranitidine teruggeroepen en zijn geregistreerde gebruikers geïnformeerd.

Alleen geregistreerde gebruikers?

Maagzuurremmers met ranitidine zijn ook als zelfzorgmedicijnen verkrijgbaar bij de drogist en in de vrije verkoop. Omdat kopers van zelfzorgmedicijnen over het algemeen niet geregistreerd staan, zijn mensen die hun maagzuurremmers via deze verkoopkanalen verkrijgen, niet persoonlijk geïnformeerd. Wel zijn alle middelen met ranitidine uit de schappen gehaald. Bij gebruik volgens de bijsluiter is het risico op kanker overigens zeer klein. NDMA is voor zover bekend alleen schadelijk in hoge concentraties, zoals het geval is bij chronisch gebruik van maagzuurremmers met ranitidine.

Niet bij het restafval!

Mensen die maagzuurremmers met ranitidine in huis hebben, kunnen deze inleveren bij de apotheek. Wij zorgen dat ze op milieuvriendelijke wijze worden vernietigd.

Rol apotheken

Apotheken hebben een belangrijke rol bij terugroepacties van medicijnen. Als huisapotheek weten zij immers precies welke cliënten welke middelen gebruiken. Bij gevaar kunnen ze cliënten snel waarschuwen. In de praktijk werkt dit alarmeringssysteem prima. Door de verkoop van medicijnen via internet is het echter niet waterdicht. Deze kopers zijn immers niet bekend en daardoor uit beeld bij terugroepacties. Hetzelfde geldt voor zelfzorgmedicijnen die niet in de apotheek zijn gekocht. Ons advies is daarom altijd aan uw huisapotheek door te geven welke middelen u gebruikt. Ook als het om zelfzorgmedicijnen gaat. Laat ons weten wat u slikt!

ZORG Tips & Weetjes is een publicatie van Apotheek Heerde. De rubriek verschijnt maandelijks in de Schaapskooi en heeft als doel u te informeren over zaken rondom het gebruik en de verstrekking van medicijnen en hulpmiddelen.

Apotheek Heerde
Als het om uw medicijnen gaat