

APTEEKKIEN SYDÄN- OHJELMA



APTEEKKIEN SYDÄNOHJELMA

Sydän- ja verisuonisairaudet ovat merkittävien ennenaikaisia kuolemia ja neljänneksi suurin työkyvyttömyyttä aiheuttava sairausryhmä. Näiden sairauksien hoidosta koituu yhteiskunnalle suurimmat suorat hoitokustannukset ja niiden hoitoon korvataan lääkkeitä vuosittain lähes 1,5 miljoonalle suomalaiselle. Sydän- ja verisuonisairauksiin voidaan vaikuttaa tehokkaalla ehkäisyllä ja hoidolla.

Apteekkien sydänohjelman tavoitteena on edistää sydän- ja verisuonisairauksien hoidon onnistumista sekä tunnistaa ja tukea kohonneessa sairastumisriskissä olevia asiakkaita. Ohjelmassa keskitytään yleisimpiin sydän- ja verisuonisairauksiin ja niiden taustalla oleviin riskitekijöihin. Ohjelman puitteissa varmistetaan apteekkien farmaseuttisen henkilöstön vahva osaaminen sydän- ja verisuonisairauksien hoidossa ja ehkäisyssä sekä vahvistetaan apteekkien ja muun terveydenhuollon sekä järjestöjen välistä yhteistyötä. Yhteistyöllä taataan yhtenevät toimintatavat ja neuvonta potilaan hoitoketjun jokaisessa osassa ja siten edistetään potilaan hoidon onnistumista.

Apteekkien sydänohjelma käynnistettiin vuonna 2005 tukemaan **Suomen Sydänliiton toimintaohjelmaa** suomalaisten sydän- ja verisuoniterveyden edistämiseksi ja se tukee hyvin myös **Sydänliiton, Diabetes-**

liiton ja **Aivoliiton** yhteistä **Yksi elämä -hankekokonaisuutta**. Apteekkien sydänohjelma on pitkäjänteinen kokonaisuus, joka antaa toiminnalle suuntaviivat. Suomen Apteekkariliitto koordinoi toimintaa valtakunnallisesti yhteistyössä Sydänliiton kanssa, tiedottaa apteekkeja ajan-kohtaisista asioista ja järjestää koulutusta. Varsinaiset toimintatavat ja -mallit sovitaan paikallisesti.

Apteekit edistävät sydän- ja verisuoniterveyttä yhteistyössä muun terveydenhuollon ja järjestöjen kanssa.

Sydänyhdyshenkilöt apteekeissa

Sydänohjelmaan osallistuva apteekki nimeää henkilökunnastaan vähintään yhden farmaseutin tai proviisorin ohjelman toteuttamisesta vastaavaksi sydänyhdyshenkilöksi. Sydänyhdyshenkilö perehtyy sydän- ja verisuonisairauksien hoitoon ja ehkäisyyn sekä koordinoi apteekin sydänsairauksiin liittyvää täydennys- ja toimipaikkakoulutusta.

Yhdyshenkilö edistää paikallisen yhteistyön toteutumista lääkärin, apteekkien ja hoitohenkilökunnan kesken ja toimii linkkinä apteekin ja muiden paikallisten toimijoiden välillä. Yhdyshenkilö tutustuu myös alueelliseen sydänyhdistykseen ja muuhun järjestötoimintaan ja kartoittaa yhteisiä toimintamahdollisuuksia.

Paikallinen yhteistyö

Yhteistyö paikallisen muun terveydenhuollon ja potilasjärjestöjen sekä muiden tahojen kanssa on sydän- ja verisuonisairauksien hoidon ja ehkäisyn onnistumisen edellytys. Tapaamalla eri toimijoita ja tutustumalla heidän tehtäviinsä ja palvelutarjontaan voidaan paremmin hahmottaa, miten sairauksien ehkäisy, hoito ja kuntoutus on paikkakunnalla järjestetty. Paikallisista toimintamalleista ja asiakasneuvonnasta sopimalla varmistetaan asiakkaalle annettavan tiedon yhteneväisyys ja laajuus. Sydänyhdyshenkilö tai paikallisten apteekkien yhdyshenkilöt yhdessä voivat olla yhteistyössä aloitteentekijänä.



Sydänyhdyshenkilön tehtävänä on

PEREHTYÄ sydän- ja verisuonisairauksien hoitoon sekä koordinoida apteekin sydän- ja verisuonisairauksiin liittyvää täydennys- ja toimipaikkakoulutusta.

EDISTÄÄ paikallisen yhteistyön toteutumista lääkärin, apteekkien ja hoitohenkilökunnan kesken ja toimia linkkinä apteekin ja muiden paikallisten toimijoiden välillä.

TUTUSTUA sydänyhdistykseen ja muuhun järjestötoimintaan ja kartoittaa yhteisiä toimintamahdollisuuksia. Apteekin kansanterveysyhdyshenkilöt tekevät mahdollisuuksien mukaan yhteistyötä kaikkien kansanterveysohjelmien toteuttamiseksi apteekissa.

Elintapaohjaus ja kohonneessa sairastumisriskissä olevien tunnistaminen

Apteekeilla on runsaasti asiakaskontakteja, ja apteekissa tavoitetaan myös sellaisia ihmisiä, jotka eivät käytä muun terveydenhuollon palveluita. Apteekkien elintapaohjaus tukee erityisesti **tupakoinnin lopettamista, terveellisiä ravintotottumuksia, painonhallintaa** sekä **liikunnan lisäämistä**. Henkilökohtaisen ohjauksen tueksi apteekissa on tarjolla laadukasta materiaalia, jota se voi hankkia esimerkiksi järjestöiltä. Apteekkiin voidaan koota keskitettyä tietoa paikkakunnalla toimivista elintapamuutoksiin tähtäävistä tukiryhmistä, vertaistukitoiminnasta sekä palveluista, joihin asiakkaita voidaan tarvittaessa ohjata.

Sydänsairauksien ehkäisyssä on tärkeä kiinnittää huomiota yksittäismittausten sijasta valtimotautien kokonaisriskin arviointiin. Asiakasta kannustetaan selvittämään valtimotautien syntyyn vaikuttavat riskitekijät kuten verenpaine-, kolesterolin- ja verensokeriarvot. Osana kokonaisriskin arviointia tai hoidon seurantaan apteekissa voidaan mitata verenpainetta. Verenpaineen mittaa ja neuvontaa antaa siihen koulutautunut terveydenhuollon ammattilainen. Verenpaine- ja verensokeriarvot kirjataan asiakkaalle seurantaan varten. Tarvittaessa asiakas ohjataan ottamaan yhteyttä muuhun terveydenhuoltoon.

Useissa apteekeissa tehdään myös muita mittauksia tai elintapoihin tai riskitekijöihin liittyviä testejä. Yleensä tällainen toiminta tapahtuu yhteistyössä muun terveydenhuollon tai potilasjärjestöjen kanssa järjestettävien **kampanjojen, tapahtumien** tai **teemapäivien**

yhteydessä. **Valtakunnallinen sydänviikko** on näistä kampanjoista tunnetuin. Mittaus- ja neuvontatilaisuuksia voidaan järjestää yhteistyössä paikallisen sydänpiirin tai -yhdistyksen kanssa. Tuolloin mittaukset ja kokonaisriskin arvioinnin suorittavat sydänjärjestön terveydenhuollon ammattilaiset.

Lääkehoidon onnistumisen tukeminen

Hoidon onnistuminen ja hoitoon sitoutuminen on sairastuneen ja kaikkien häntä hoitavien tahojen yhteistoiminnan tulos, joka vaatii jatkuvaa huomiota. Erityisesti hoidon alussa sairastunut tarvitsee tietoa omaksuakseen hoidon periaatteet ja sitoutuakseen hoidon tavoitteisiin. Myös pitkäaikaisessa lääkehoidossa oleva sydän- ja verisuonisairauksia sairastava henkilö tarvitsee jatkuvaa tukea ja motivointia. Tämä edellyttää hyvää yhteistyötä terveydenhuollon eri toimipisteiden välillä. Asiakkaalle välittyvän tiedon tulee olla kaikissa toimipisteissä yhdenmukaista.

Säännöllisessä lääkehoidossa olevat ihmiset käyvät useammin apteekissa kuin muissa terveydenhuollon toimipisteissä. Sydän- ja verisuonisairauksia sairastava henkilö tai hänen läheisensä tulee apteekkiin vähintään neljä kertaa vuodessa. Apteekilla on siten hyvät mahdollisuudet varmistua siitä, että asiakas on selvillä lääkkeensä oikeasta ja turvallisesta käytöstä sekä on sitoutunut hoitoonsa. Vuorovaikutuksessa asiakkaan kanssa selvitetään lääkehoidon toteutumista ja siihen vaikuttavia asioita.

Farmaseuttisen henkilökunnan tehtävänä on ohjata asiakasta lääkkeen käyttöön liittyvissä asioissa.

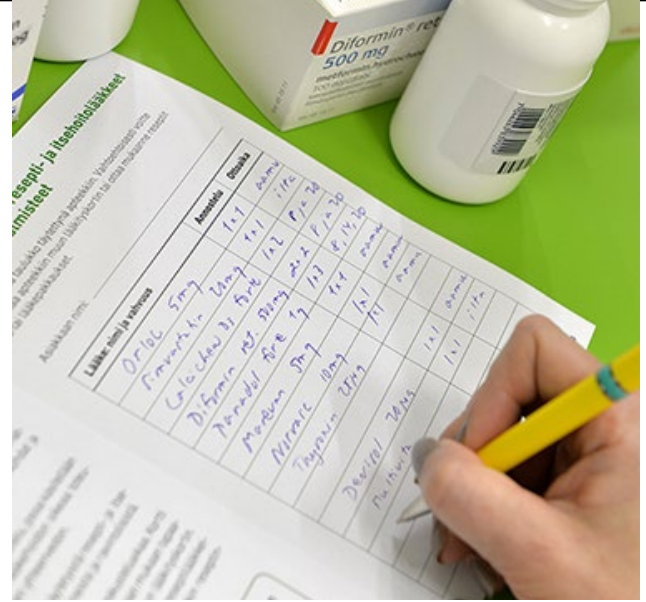
Asiakkaalle kerrotaan lääkkeen vaikutustapa sekä se, miten, milloin ja kuinka pitkään lääkettä tulee käyttää. On tärkeää korostaa, että **terveelliset elintavat tukevat lääkehoidon onnistumista ja edistävät hoitotavoitteeseen pääsemistä**. Asiakkaan on myös hyvä saada tietoa lääkkeen yleisimmistä haittavaikutuksista ja siitä, miten menetellä, jos niitä ilmaantuu. Itsehoitolääkkeiden valinnassa otetaan huomioon asiakkaan sairaus ja muu lääkitys, jolloin voidaan välttyä ikäviltä yhteisvaikutuksilta.

Hoidon seurannasta on tärkeää keskustella. Apteekissa kannustetaan verenpaineen omaseurantaan ja varmistetaan, että asiakas tuntee tavoitearvot. Useimpien apteekien tuotevalikoimassa on luotettavia ja kotikäyttöön soveltuvia verenpainemittareita, joiden oikea käyttö neuvotaan.

Kokonaislääkityksen seuranta

Lääkehoito on aina yksilöllisesti räätälöity. Siihen vaikuttavat sairaus ja sen vaikeusaste, potilaan muut sairaudet, riskitekijät sekä hoidon kustannukset. Usein hoitotavoitteen saavuttamiseksi tarvitaan yhdistelmähoitoa. Myös ikääntymisen myötä sairauksien ja lääkkeiden määrä kasvaa. Samalla yhteisvaikutusten ja päällekkäislääkityksen riski lisääntyy.

Apteekeissa olevien tietojen avulla voidaan seurata asiakkaan lääkehoidon toteutumista. Apteekeilla on myös



valmiudet **yhteisvaikutusten tarkistamiseen**. Ongelmatilanteessa voidaan etsiä sopivia ratkaisuja lääkehoidon onnistumiseksi yhteistyössä asiakkaan, lääkärin ja hoitohenkilökunnan kanssa. Monien apteekien palveluvalikoimassa on lääkityskokonaisuuden tarkistukseen ja lääkehoidon onnistumisen tukemiseen myös erillisiä, ajanvarauksella toteutettavia palveluita kuten **lääkkeenoton muistutuspalvelu, lääkityksen tarkistuspalvelu ja lääkehoidon kokonaisarviointi**.

APTEEKIN TEHTÄVÄT SYDÄN- JA VERISUONISAIRAUKSIEN EHKÄISYSSÄ JA HOIDOSSA

LÄÄKENEUVONTA

- Lääkkeisiin ja lääkehoitoihin liittyvä neuvonta ja motivointi lääkkeiden oikeaan käyttöön ja hoidon seurantaan.
- Lääkehoidon toteutumisen seuraaminen ja mahdollisten ongelmien ratkaisu yhteistyössä hoitavan lääkärin ja asiakkaan kanssa.
- Hoitajan tai lääkärin vastaanotolle ohjaaminen tarvittaessa.
- Päällekkäislääkitysten ja lääkkeiden yhteisvaikutusten seulominen.
- Taloudellisesti järkevien menettelytapojen neuvominen lääkkeiden hankinnassa.
- Sairauden ja säännöllisen lääkityksen huomioiminen sopivaa itsehoitovalmistetta valittaessa.

ELINTAVAT

- Motivointi tupakoinnin lopettamiseksi.
- Terveellisen ruokavalion, painonhallinnan ja liikunnan merkityksestä keskusteleminen sairauksien ehkäisyssä ja hoidossa.

- Elintapamuutosten tukeminen mm. tiedottamalla paikallisesta toiminnasta ja hyödyntämällä aiheeseen sopivaa materiaalia.
- Kohonneessa sairastumisriskissä olevien asiakkaiden tunnistaminen ja hoitoon ohjaaminen.

YHTEISTYÖ

- Paikallisten toimintamallien sopiminen yhdessä muun terveydenhuollon ja järjestöjen kanssa.
- Sydän- ja verisuonisairauksien ennaltaehkäisevään toimintaan osallistuminen muiden paikkakunnan toimijoiden kanssa.
- Sydänyhdistyksen ja muiden järjestöjen toiminnasta tiedottaminen ja tätä koskevan materiaalin saatavuuden varmistaminen.



www.apteekkariliitto.fi

Suomen Apteekkariliitto
Pieni Roobertinkatu 14
00120 Helsinki
Puh. 010 6801 400
Faksi 09 647 167



Suomen Sydänliitto ry
Finlands Hjärtförbund rf

www.sydanliitto.fi
www.yksielama.fi

Suomen Sydänliitto ry
Oltermannintie 8
00620 Helsinki
Puh. 09 752 7521
faksi 09 7527 5250