

21.

dan slovenskih lekarn
26. september 2025

LEKARNA

ANSKA DOPOLNILA

SVETOVANJE

ZDRAVILA NA RECEPT



O PRAVILNI IN VARNI UPORABI ZDRAVIL

MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!



SLOVENSKO FARMACEVTSKO DRUŠTVO

SEKCIJA FARMACEVTOV JAVNIH LEKARN

Glavna urednica:

Patricija Dolinar, mag. farm.

Avtorji prispevkov:

Ana Banović Koščak, mag. farm., spec.

Ivanka Brus, mag. farm., spec.

Patricija Dolinar, mag. farm.

Tina Grohar Maležič, mag. farm., spec.

Bojan Madjar, mag. farm., spec.

dr. Boštjan Martinc, mag. farm., spec.

Recenzija:

Helena Pavšar, mag. farm., spec.

Izdajatelj:

Slovensko farmacevtsko društvo

Sekcija farmacevtov javnih lekarn

Dunajska cesta 184 A

1000 Ljubljana, Slovenija

T: 01 569 26 03, F: 01 569 26 02

E: info@sfd.si

S: www.sfd.si

Lektoriranje:

Tea Kačar

Oblikovanje:

Irena Koren

Tisk:

Collegium Graphicum

Naklada:

20.000

CIP - Kataložni zapis o publikaciji

Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

615.15:316.772.4(082)

MISLI na zdravje - pomisli na lekarno! : o pravilni in varni uporabi zdravil / [avtorji Ana Banović Koščak ... [et al.] ; uredila Patricija Dolinar]. - Ljubljana : Slovensko farmacevtsko društvo, Sekcija farmacevtov javnih lekarn, 2025

ISBN 978-961-94230-9-7

COBISS.SI-ID 235625475

Izdajo so omogočili:

O PRAVILNI IN VARNI UPORABI ZDRAVIL

MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

Avtoriji: Ana Banović Koščak, mag. farm., spec.

Ivanka Brus, mag. farm., spec.

Patricija Dolinar, mag. farm.

Tina Grohar Maležič, mag. farm., spec.

Bojan Madjar, mag. farm., spec.

dr. Boštjan Martinc, mag. farm., spec.

Uredila: Patricija Dolinar, mag. farm.

Vsebina:	Svetovalne storitve farmacevtov v Sloveniji	4
	Farmacevtska skrb pri hipertenziji	7
	Farmacevtska skrb pri sladkorni bolezni	12
	Vprašaj o svojem zdravilu	17
	Pregled uporabe zdravil	22
	Farmakoterapijski pregled	27



SLOVENSKO FARMACEVTSKO DRUŠTVO

SEKCIJA FARMACEVTOV JAVNIH LEKARN



BESEDA UREDNIKE

Lekarne že dolgo niso več samo ustanove, v katerih poteka preskrba pacientov z zdravili, ampak so tudi mesto zdravstvenih storitev. Zaradi cilja narediti zdravje dostopno vsem lahko v lekarnah po svetu najdete številne zdravstvene storitve, kot so pregled uporabe zdravil, programi za preprečevanje bolezni, meritve krvnega tlaka, ravni glukoze in holesterola v krvi, testiranje na covid-19 in hiv, cepljenje, programi opuščanja kajenja, testiranje in zdravljenje okužb, vodenje anti-koagulacijske terapije ter druge.

V slovenskih lekarnah vseh naštetih storitev (še) ne izvajamo. Trenutno se lahko pohvalimo z vključevanjem pacientov v storitve farmacevtske skrbi (za arterijsko hipertenzijo, sladkorno bolezen in vprašaj o svojem zdravilu) ter s storitvami brezšivne skrbi, ki vključujejo pregled uporabe zdravil in izdelavo osebne kartice zdravil. Farmacevti specialisti pa v svojih ambulantah izvajajo tudi farmakoterapijske preglede zdravil.

V zadnjem času so čedalje glasnejša prizadevanja za vključitev lekarniških farmacevtov z dodatnimi znanji v farmacevtsko predpisovanje zdravil, cepljenje v lekarnah in premostitveno izdajo zdravil. Močan omejitveni dejavnik za izvajanje vseh omenjenih storitev je pomanjkanje lekarniških farmacevtov, ki, deloma zaradi nepriljubljenosti poklica med mladimi, postaja čedalje večji problem. Na to želijo med drugim opozoriti tudi v Študentski sekciji Slovenskega farmacevtskega društva z akcijo **Farmacevt ni trgovec**. V Sekciji farmacevtov javnih lekarn Slovenskega farmacevtskega društva podpiramo mlade pri njihovem močnem sporočilu.

Da bi ga še okrepili, pa smo se v sekciji pridružili mednarodni kampanji Mednarodnega združenja farmacevtov (International Pharmaceutical Federation – FIP), ki se je začela leta 2024 in poteka pod sloganom **Misli na zdravje – pomisli na lekarno!** (angl. *Think Health, Think Pharmacy*). Namen kampanje

je povečati ozaveščenost o lekarnah kot mestih za zagotavljanje primarne zdravstvene oskrbe. Rezultat priključitve kampanji pa je tudi knjižica, ki jo držite v rokah. V njej so predstavljene vse glavne svetovalne storitve farmacevtov v Sloveniji. Knjižica je zasnovana malo drugače kot prejšnja leta. Rdeča nit so nekatera ključna vprašanja, ki se porajajo posamezniku, ko razmišlja o priključitvi v neko storitev, in sicer:

1. Kaj storitev sploh je?
2. Kaj je njen namen?
3. Komu je namenjena?
4. Na kakšen način se lahko vključim vanjo?
5. Kako je izvajanje te storitve videti v praksi?
6. Kakšne so moje dolžnosti ob vključitvi vanjo?
7. Kaj z vključitvijo v storitev pridobim?

Za pomoč pri odgovorih na vprašanja smo prosili skrbnike posameznih storitev pri Lekarniški zbornici Slovenije oziroma njihove izvajalce.

Želim si, da bi vam knjižica približala naše delo in da se, ko boste potrebovali nasvet pri zdravljenju z zdravili, vidimo v lekarni!

Patricija Dolinar, mag. farm., urednica

MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

SVETOVALNE STORITVE FARMACEVTOV V SLOVENIJI



Patricija Dolinar, mag. farm.

Delo magistrov farmacije, ki so zaposleni v lekarnah, se že od devetdesetih let od prvotne preskrbe z zdravili usmerja k celostni skrbi za posameznega pacienta, pri čemer se veliko pozornosti namenja razvijanju svetovalnih storitev farmacevtov. Te so se začele razvijati v okviru farmacevtske skrbi in klinične farmacije.

Lekarniška zbornica Slovenije se je leta 1999 aktivno lotila uvajanja prvega programa farmacevtske skrbi, in sicer pri hipertenziji, kronični bolezni, ki je veliko breme za zdravstvene sisteme po svetu in lahko povzroči številne zdravstvene zaplete. Po zgledu drugih evropskih držav je sledilo še uspešno uvajanje farmacevtske skrbi pri sladkorni bolezni in programa Vprašaj o svojem zdravilu.

Namen vpeljave farmacevtske skrbi je bil optimizirati pacientovo z zdravjem povezano kakovost življenja s prepoznavanjem, reševanjem in preprečevanjem težav, povezanih z zdravjem in zdravili, ter s farmacevtskimi intervencijami.

ALI STE VEDELI?

Farmacevtska intervencija je strokovni poseg lekarniškega farmacevta v primeru nepopolnosti, nejasnosti ali napak na predpisanem receptu, ki so lahko administrativne ali strokovne narave in bi lahko povzročile ekonomske ali zdravstvene posledice za bolnika ali zdravstveni sistem ter niso skladne s temeljnim namenom zdravljenja ali zdravstvenimi pravili.

Farmacevtska skrb ima tri ravni delovanja, ki so v praksi prepletene, to so sodelovanje pri preprečevanju bolezni in zgodnjem odkrivanju dejavnikov tveganja zanj; odkrivanje bolezni same ter vodenje bolnikov in njihovo zdravljenje. Izvajajo jo lekarniški farmacevti, ki so v prvi vrsti strokovnjaki za zdravila ter

ponujajo zanesljive in objektivne informacije o zdravljenju z zdravili. V okviru farmacevtske skrbi farmacevti enakovredno sodelujejo s pacientom in drugimi zdravstvenimi delavci, zlasti z zdravniki in medicinskimi sestrami. To vodi do večje kakovosti zdravljenja in je ključnega pomena za boljše dolgoročno obvladovanje kroničnih bolezni.

Izraz farmacevtska skrb se je večinoma uporabljal za sklop storitev v zunanjih lekarnah, izraz klinična farmacija pa se je sprva nanašal predvsem na aktivnosti farmacevtov v bolnišničnem okolju. Koncepta sta se do današnjega dne že močno prepletla, še posebno če se osredotočimo na tisti del klinične farmacije, ki se usmerja v skrb za posameznega pacienta. Storitve, ki temeljijo na pregledu zdravil, bodisi farmakoterapijskem, ki ga izvajajo farmacevti specialisti, bodisi na pregledu uporabe zdravil, ki ga izvajajo za ta namen dodatno izobraženi farmacevti, omogočajo bolj strukturiran pristop z jasneje opredeljenimi cilji za posameznega pacienta.

Premik od tradicionalne oskrbe z zdravili k sodobnemu, svetovalnemu modelu pa je bil oktobra 2023 okronan z uvedbo sodobne storitve brezšivne skrbi. Brezšivna skrb ni enako kot farmacevtska skrb. Je pravica iz zdravstvenega zavarovanja in zagotavlja varno zdravljenje z zdravili, saj pri njej sodelujejo lekarniški farmacevti na vseh treh ravneh

zdravstvene dejavnosti: v klinikah, bolnišnicah in zunanjih, vsem dostopnih lekarnah.

ALI STE VEDELI?

Brezšivna skrb pomeni, da pacienti prejmejo farmacevtsko obravnavo in neprekinjeno oskrbo z zdravili, ko prehajajo med različnimi ravni zdravstvenega varstva (npr. ko se po bolnišničnem zdravljenju vrnejo v domačo oskrbo in imajo stik samo še z osebnim zdravnikom ali farmacevtom). To omogoča boljše sodelovanje bolnikov pri zdravljenju. Nosilni dokument je osebna kartica zdravil, na kateri so shranjene informacije o zdravljenju z zdravili. Pacient jo prejme v tiskani obliki, v digitalni pa mu je dostopna na portalu zVem. Tako je dostop do podatkov o zdravilih omogočen pacientu in vsem zdravstvenim delavcem, ki ga obravnavajo. Če se terapija spremeni, lahko magister farmacije osebno kartico zdravil ob izdaji zdravil posodobi.

Posamezne svetovalne storitve farmacevtov bodo predstavljene v naslednjih poglavjih.

Viri:

1. Pisk N, Madjar B, Nabergoj Makovec U, Kos M, Uvajanje storitve pregled uporabe zdravil v Sloveniji. [Internet]. Dostopno na: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-WET68VKN> . Dostopano: 6. 3. 2025.
2. Zakon o lekarniški dejavnosti (ZLD-1). [Internet] Dostopno na: <https://pisrs.si/pregledPredpisa?id=ZAK07375>. Dostopano: 6. 3. 2025.
3. Milovanovič Meta, Farmacevtska skrb pri hipertenziji: vloga kliničnega farmacevta v zunanji lekarni. [Internet]. Dostopno na: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-C5KSN12D> . Dostopano: 6. 3. 2025.
4. Lekarniška zbornica Slovenije. Z brezplačno skrbjo do bolj varnega zdravljenja z zdravili. [Internet]. Dostopno na: <https://www.lzs.si/z-brezplacno-skrbjo-do-bolj-varnega-zdravljenja-z-zdravili/#:~:text=Je%20pravica%20iz%20zdravstvenega%20zavarovanja,ko%20prehajajo%20med%20razli%C4%8Dnimi%20ravnmi>. Dostopano: 6. 3. 2025.
5. Petrica D, Žnidaršič T, Kerec Kos M, Analiza farmacevtske obravnave bolnikov ob odpustu iz Univerzitetnega rehabilitacijskega inštituta Republike Slovenije – Soča. [Internet] Dostopno na: <https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-09C2E4LJ>. Dostopano: 14. 3. 2025.

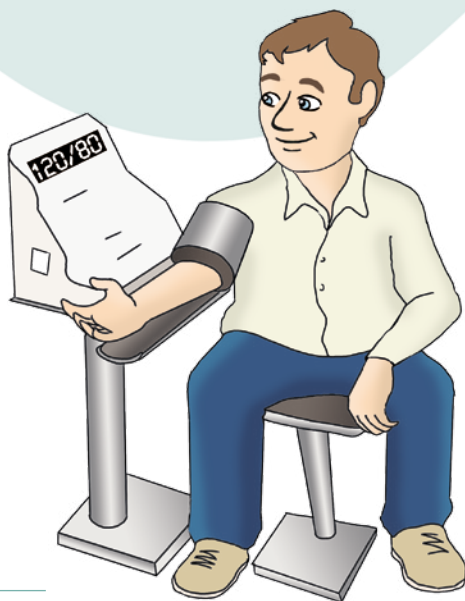
MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

FARMACEVTSKA SKRB PRI HIPERTENZIJI

ODGOVARJA:

Ivanka Brus, mag. farm., spec.,

nacionalna koordinatorica farmacevtske skrbi za hipertenzijo pri Lekarniški zbornici Slovenije



KAJ JE FARMACEVTSKA SKRB PRI HIPERTENZIJI?

Arterijska hipertenzija je še vedno svetovni zdravstveni problem in velja za enega glavnih povzročiteljev bolezni srca in ožilja, kronične ledvične bolezni, možganske kapi in prezgodnje smrti, kar pomembno vpliva na posameznika in javno zdravje. Arterijsko hipertenzijo imenujemo tihi ubijalec, saj bolezen običajno poteka veliko let brez težav, in če ni pravočasno diagnosticirana in zdravljena, lahko povzroči poškodbe številnih organov. V Sloveniji

je od 2400 do 4500 smrti na leto povezanih z zapleti te bolezni. Zelo pomembno je, da se čim prej ugotovi, ali so vrednosti krvnega tlaka povišane, saj se lahko z ustreznimi ukrepi prepreči škoda, ki jo lahko v telesu povzroči previsok krvni tlak. Pri tem smo lahko s sistematičnim spremljanjem krvnega tlaka pacientov, izobraževanjem o bolezni ali podporo pri zdravljenju v pomoč lekarniški farmaceuti.

ALI STE VEDELI?

Arterijska hipertenzija ali visok krvni tlak je opredeljen kot sistolični krvni tlak, ki je ves čas večji ali enak 140 mmHg, in/ali diastolični krvni tlak, ki je stalno večji ali enak 90 mmHg. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije okoli 50 odstotkov oseb z arterijsko hipertenzijo ne ve, da ima visok krvni tlak.

KAJ JE NAMEN STORITVE?

Glavni cilji izvajanja omenjene farmacevtske skrbi v lekarnah so:

- odkrivanje oseb s povišanim krvnim tlakom in dejavniki tveganja, npr. čezmerno telesno maso, prevelikim vnosom soli, sedečim življenjskim slogom, kajenjem, stresom;
- svetovanje o pravilni in varni uporabi zdravil;
- sodelovanje z drugimi zdravstvenimi delavci, ki so vključeni v obvladovanje pacientove bolezni.

KOMU JE STORITEV NAMENJENA?

Storitev je namenjena celotni odrasli populaciji, saj se želi z njo ozavestiti tako zdrave posameznike kot tudi bolnike, ki se že zdravijo zaradi povišanega krvnega tlaka.

Preventivna aktivnost zajema celotno odraslo populacijo s poudarkom na nekaterih bolj ogroženih skupinah. To so npr. osebe, ki se zdravijo za arterijsko hipertenzijo, jemljejo zdravila za zdravljenje katere izmed kroničnih bolezni (npr. kortikosteroide, nesteroide antirevmatike, hormonsko kontracepcijo, zdravila za sladkorno bolezen), osebe s povečano telesno maso in kadilci. Večjo akcijo zgodnjega odkrivanja oseb z dejavniki tveganja za arterijsko hipertenzijo magistri farmacije v lekarnah vsako leto izpeljemo ob svetovnem dnevu hipertenzije (17. maj). V okviru te akcije obiskovalcem izmerimo krvni tlak in izpolnimo vprašalnik o dejavnih tveganjih.

Lekarniški farmacevti ob izdaji zdravil tudi spremljamo paciente, ki imajo predpisana zdravila za zdravljenje arterijske hipertenzije, in jih spomnimo tudi na nefarmakološke ukrepe za nižanje povišanega krvnega tlaka (npr. vsakodnevno sproščanje, zadostno gibanje, opustitev kajenja, uravnoteženo prehrano itn.).

KAKO SE LAHKO POSAMEZNIK VKLJUČI V STORITEV?

Programu se lahko pridružijo obiskovalci lekarn, ki imajo težave s povišanim krvnim tlakom ali drugimi pridruženimi bolezenskimi stanji ter želijo prevzeti aktivno vlogo v skrbi za svoje zdravje. To storijo tako, da lekarnišku farmacevtu zaupajo svoje težave, ta pa jih bo opolnomočil z informacijami, ki bodo

pripomogle k večjemu obvladovanju težav (npr. izmeril krvni tlak, naučil pravilno izmeriti krvni tlak, izdal informativno gradivo o prehrani ali prilagoditvi življenjskega sloga). Če bo lekarniški farmacevt ob izdaji zdravil sam prepoznal težave, bo pacienta k sodelovanju povabil samoiniciativno.

Zunanje lekarne so pacientom najbolj dostopne zdravstvene ustanove, lekarniški farmacevti pa visoko usposobljeni za svetovanje o zdravilih, zato je priporočljivo razmisliti o vključitvi v ta program.

KAKO JE IZVAJANJE STORITVE VIDETI V PRAKSI?

V primeru vprašanj v zvezi s povišanim krvnim tlakom, njegovim spremljanjem z uporabo merilnika, uporabo zdravil ali o zdravem načinu življenja se posameznik dogovori v lekarni za termin posveta. Farmacevt ga bo v program vključil po protokolu, ki zajema informiranje o zdravem življenjskem slogu, pravilni uporabi zdravil, merjenju krvnega tlaka in vodenju evidenc meritev. Če lekarniški farmacevt pri izvajanju programa prepozna, da pacient potrebuje bolj poglobljeno obravnavo, ga lahko usmeri na storitev **pregled uporabe zdravil** ali **farmakoterapijski pregled** (storitvi sta predstavljeni vsaka v svojem poglavju). Za prvo se pacient lahko dogovori v lekarni, za drugo pa bo potreboval napotitev izbranega zdravnika.

ALI STE VEDELI?

Proces, ki posamezniku omogoča večji nadzor nad lastnim življenjem, hkrati pa mu omogoča vplivanje na proces in izide njegovega zdravljenja, imenujemo **opolnomočenje**. Z opolnomočenjem, ki ima pomembno vlogo pri obvladovanju bolezni, se spreminjajo tradicionalni odnosi med bolnikom in zdravstvenim strokovnjakom, saj oskrba tako ni več usmerjena v »narediti nekaj za bolnika«, ampak v »narediti nekaj skupaj z bolnikom«.

KAKŠNE SO DOLŽNOSTI POSAMEZNIKA OB VKLJUČITVI V STORITEV?

Ob strinjanju s sodelovanjem je posameznikova dolžnost, da magistru farmacije zaupa resnične podatke o svojem zdravju in zdravilih. Čas, potreben za razrešitev, je odvisen od kompleksnosti težave in po navadi traja 10–30 minut. Posameznik pregled opravi v lekarni, ki je pooblaščen za izvajanje farmacevtske skrbi, kar pomeni, da ima ustrezen prostor za svetovanje, ki omogoča zasebnost, in zaposluje moderatorja farmacevtske skrbi, tj. lekarniškega farmacevta, ki ima dodatna znanja, da lahko izvaja storitev.

POMEMBNO JE VEDETI!

Farmacevti v lekarnah ob izdaji zdravila izvajamo farmacevtske intervencije, tj. krajše posvete, ki so lahko administrativne narave (vezane na zapis recepta) ali pa strokovne (vezane na vsebino recepta). Za storitve farmacevtske skrbi, ki vključujejo bolj poglobljeno svetovanje, pa se mora pacient običajno dogovoriti za drug, daljši termin, ko se mu bo lahko farmacevt v celoti posvetil.

KAJ POSAMEZNIK PRIDOBI Z VKLJUČITVIJO V STORITEV?

Glavni koristi sta izboljšanje ozaveščenosti o bolezni in krepitev zavesti za prevzemanje odgovornosti za svoje zdravje. Lekarniški farmacevt paciente seznani s pravilnim merjenjem krvnega tlaka, predstavi jim dejavnike, ki vplivajo na vrednost meritev, spodbuja jih tudi k zapisovanju meritev in jih pouči o njihovi pravilni razlagi.

Lekarniški farmacevti ob izvajanju farmacevtske skrbi paciente tudi poučijo o pravilni rabi zdravil. Povejo jim, na kaj morajo biti pozorni pri samozdravljenju. Dolgoletne izkušnje kažejo, da bolnikom s hipertenzijo veliko težav povzroča nepravilna uporaba zdravil. Primer nepravilne uporabe zdravila je denimo,

da bolnik vzame zdravilo samo takrat, ko si izmeri visok krvni tlak, če je nizek, pa ga ne vzame. Zdravilo pa bi moral zaužiti vsak dan ob približno enakem času, saj bi le tako lahko popolnoma delovalo.

Pacienti, ki se zdravijo zaradi hipertenzije, pogosto jemljejo več zdravil bodisi zaradi same hipertenzije bodisi zaradi drugih sočasnih obolenj. Vsa zdravila imajo lahko tudi neželene učinke, ki so lahko posledica načina delovanja. Pacient mora zato dobro poznati svoja zdravila in imeti pri sebi njihov seznam ali osebno kartico zdravil, da se z lekarniškimi farmacevtom ali zdravnikom lažje pogovori o njihovem delovanju. Paciente moramo zlasti opozoriti na zdravila, ki bi lahko kot neželeni učinek dvigovala krvni tlak (npr. nesteroidni antirevmatiki, kot sta diklofenak in naproksen).

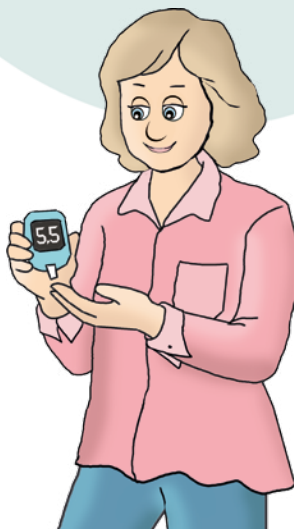
Za zdravljenje arterijske hipertenzije je na voljo več različnih skupin zdravil, katerih mehanizem delovanja se razlikuje, posledično pa se razlikujejo tudi njihovi neželeni učinki. Najpogostejši neželeni učinki omenjenih zdravil so npr. kašelj, otekanje nog ali pa pretirano znižanje krvnega tlaka in z njim povezana vrtoglavica in omotica. Vrtoglavica in omotica pri nekaterih po določenem času izzvenita. Če pacient to ve, ju bo lažje prepoznal in se vrnil k zdravniku, ki mu bo, če bo treba, predpisal zdravilo z drugačnim delovanjem ali pa ustrezno prilagodili odmerke. Tako bo manj verjetno, da bo pacient opustil zdravljenje, kar pomeni, da bo imel manj zapletov, povezanih z boleznijo, manjše pa bo tudi breme za javnozdravstveni sistem.

Viri:

1. Blinc A, Božič Ješe N, Brguljan J, Čegovnik B, Dolenc P, Erhartič A, idr. Slovenske smernice za obravnavo arterijske hipertenzije 2023. Prva izd. Ljubljana: Združenje za hipertenzijo, Slovensko zdravniško društvo; 2024.
2. Strokovno izpopolnjevanje za magistre farmacije. Prepoznavanje in zdravljenje izbranih bolezni srca in ožilja: strokovno izpopolnjevanje za magistre farmacije v letu 2022: [zbornik prispevkov].
3. Slovensko zdravniško društvo, Združenje za arterijsko hipertenzijo, Strokovni sestanek, 33. XXXIII. strokovni sestanek Združenja za arterijsko hipertenzijo: zbornik: Ljubljana, 6. december 2024.
4. European Society of Cardiology (ESC). 2024 ESC Guidelines for the management of elevated blood pressure and hypertension: Developed by the task force on the management of elevated blood pressure and hypertension of the European Society of Cardiology (ESC) and endorsed by the European Society of Endocrinology (ESE) and the European Stroke Organisation (ESO). Eur Heart J. 2024; 45(38): 3912–4018. doi: 10.1093/eurheartj/ehae178.
5. Pharmaceutical care in digital revolution: Blending Digital with Human Innovation. London [etc.]: Elsevier, Academic Press; 2023.

MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

FARMACEVTSKA SKRB PRI SLADKORNI BOLEZNI



ODGOVARJA:

dr. **Boštjan Martinc**, mag. farm., spec.,

nacionalni koordinator farmacevtske skrbi za sladkorno bolezen pri Lekarniški zbornici Slovenije

KAJ JE FARMACEVTSKA SKRB PRI SLADKORNI BOLEZNI?

To je program farmacevtske skrbi, ki je namenjen sistematičnemu spremljanju, izobraževanju, podpori in z eno besedo opolnomočenju bolnikov s sladkorno boleznijo. Lekarniški farmacevti kot najbolj dostopni zdravstveni delavci aktivno sodelujemo pri preventivi, zgodnjem odkrivanju še neodkrite sladkorne bolezni in optimizaciji zdravljenja pri bolnikih z že zdravljeno sladkorno boleznijo. V okviru tega programa izvajamo redne posvete, individualizirana svetovanja, merjenje ključnih parametrov (npr. krvnega sladkorja) in prilaga-

janje zdravljenja z zdravili glede na specifične potrebe vsakega bolnika. Program temelji na sodelovanju s preostalimi zdravstvenimi delavci (npr. izbranimi osebnimi zdravniki, medicinskimi sestrami), kar omogoča celovito obravnavo bolnikov, pri čemer se farmacevti udeležujemo kot ključni partnerji pri vodenju kroničnih bolezni. Ta pristop se opira na mednarodne smernice in izkušnje, ki so dokazale, da lahko redno spremljanje in strokovno svetovanje pomembno prispevata k zmanjšanju tveganja za zaplete sladkorne bolezni.

ALI STE VEDELI?

O sladkorni bolezni govorimo, kadar:

- je glukoza v plazmi na tešče večja ali enaka 7,0 mmol/l, ali
- je glukoza v plazmi dve uri po začetku oralnega glukoznega tolerančnega testa večja ali enaka 11,1 mmol/l, ali
- je vrednost glikiranega hemoglobina (HbA1c) večja ali enaka 6,5 % (48 mmol/mol), ali
- prepoznamo **simptome sladkorne bolezni** (npr. čezmerna žeja in odvajanje vode, nepojasnjena izguba telesne mase) in je naključna glukoza v plazmi večja ali enaka 11,1 mmol/l.

Pri osebah brez simptomov sladkorne bolezni diagnozo postavimo z dvema pozitivnima rezultatom dveh različnih metod iz istega vzorca ali s pozitivnima rezultatom iste metode iz dveh različnih vzorcev, ki ju praviloma odvajamo na različna dneva. Če je rezultat samega testa v diagnostičnem območju, test ponovimo.

KAJ JE NAMEN STORITVE?

Osrednji namen storitve je izboljšanje kakovosti življenja bolnikov s sladkorno boleznijo z individualiziranim spremljanjem in podporo pri opolnomočenju. Z rednimi posveti in izobraževalnimi aktivnostmi želimo:

- povečati ozaveščenost bolnikov o pomenu pravilnega upravljanja in vodenja bolezni;
- zagotoviti sistematično spremljanje meritev (npr. krvni sladkor, krvni tlak, telesna masa), s čimer omogočamo zgodnje prepoznavanje morebitnih odstopanj in preprečevanje zapletov;
- omogočiti prilagoditev terapije glede na spremembe bolnikovega zdravstvenega stanja in življenjskega sloga.

Namen celostnega pristopa je zmanjšati tveganje za resne zaplete, kot so bolezni srca in ožilja, ledvic in vida, ter s tem prispevati k večji samostojnosti in boljšemu počutju bolnikov.

KOMU JE STORITEV NAMENJENA?

Storitev je namenjena vsem osebam z dejavniki tveganja za pojav sladkorne bolezni in vsem, ki že živijo s sladkorno boleznijo, ne glede na starost ali stopnjo napredovanja bolezni. Poseben poudarek dajemo:

- bolnikom, pri katerih je sladkorna bolezen že diagnosticirana, in tistim, ki so v zgodnji fazi bolezni (predsladkorna bolezen ali prediabetes);
- starejšim pacientom, pri katerih je verjetnost zapletov večja in potrebujejo dodatno redno spremljanje;
- tistim, ki želijo bolje razumeti svoje zdravstveno stanje in aktivno sodelovati pri prilagajanju terapije.

Storitev primarno ni namenjena bolnikom, ki zaradi drugih specifičnih zdravstvenih okoliščin potrebujejo specializirano oskrbo, ki presega obseg rednega spremljanja v okviru lekarniške farmacevtske skrbi. V takih primerih je ključno sodelovanje z drugimi zdravstvenimi strokovnjaki.

POMEMBNO JE VEDETI!

Sodelovanje v programih farmacevtske skrbi je prostovoljno in je dopolnilo k rednemu zdravljenju.

KAKO SE LAHKO POSAMEZNIK VKLJUČI V STORITEV?

Programu se lahko pridružijo vsi obiskovalci lekarn, ki imajo težave, povezane s sladkorno boleznijo, kot so povišan krvni sladkor, težave, povezane z uporabo zdravil, ali težave z drugimi spremljajočimi bolezenskimi stanji in si želijo aktivno sodelovati pri skrbi za svoje zdravje. Obiskovalce lahko k vključitvi v storitev ob prepoznavi težave povabijo lekarniški farmacevti, lahko pa o vključitvi tudi sami povprašajo farmacevta za izdajnim okencem.

KAKO JE IZVAJANJE STORITVE VIDETI V PRAKSI?

Vključitev v projekt pomeni, da bo pacient deležen sistematičnega spremljanja in strokovnega svetovanja, prilagojenega njegovim potrebam. V praksi bodo pacienti imeli:

- **Redne posvete:** Ob vsakem obisku lekarne bodo imeli priložnost pogovoriti se z lekarniškim farmacevtom, ki bo pregledal rezultate meritev in svetoval glede optimalne uporabe zdravil.
- **Individualiziran načrt zdravljenja:** Farmacevt in pacient bosta skupaj pripravila načrt, ki bo vključeval merjenje krvnega sladkorja, spremljanje drugih ključnih parametrov in, če bo treba, v dogovoru z zdravnikom prilagoditve zdravil.
- **Posvet o težavah, povezanih z zdravili:** Če se (sladkorni) bolnik zdravi z več zdravili, se lahko s farmacevtom pogovori o njihovi uporabi. Ta mu lahko nato izdela osebno kartico zdravil, pri večjih težavah pa ga v dogovoru z zdravnikom napoti na farmakoterapijski pregled.
- **Izobraževalne aktivnosti:** Poleg osebnih posvetov so organizirane tudi delavnice in informativna srečanja, na katerih lahko pacienti izvedo več o sladkorni bolezni in njenih zapletih, pravilni prehrani, telesni aktivnosti in drugih dejavnostih, ki vplivajo na boljše obvladovanje sladkorne bolezni.
- **Podpora pri samostojnem spremljanju:** Prejeli bodo nasvete in praktične napotke, kako lahko doma sami na preprost način spremljajo svoje zdravstveno stanje.

Na primer, gospe, ki se je redno udeleževala posvetov v okviru farmacevtske skrbi, je s spremembo življenjskega sloga in natančnim spremljanjem vrednosti krvnega sladkorja uspelo doseči bolj stabilne rezultate, s čimer je preprečila resnejše zdravstvene zaplete. S tem je pridobila večjo samozavest pri skrbi za svoje zdravje in si izboljšala splošno kakovost življenja.

KAKŠNE SO DOLŽNOSTI POSAMEZNIKA OB VKLJUČITVI V STORITEV?

V storitev se lahko pacienti vključijo v vsaki lekarni, ki je pooblaščen za izvajanje farmacevtske skrbi, ima ustrezen prostor za svetovanje in moderatorja programa. Sodelovanje je prostovoljno, pri čemer so obveznosti minimalne in prilagojene posameznikovemu običajnemu urniku. Med glavnimi dolžnostmi so:

- **Redni obiski lekarne:** Posveti potekajo ob rednih obiskih, zato ni treba organizirati dodatnih poti. Sestanki trajajo le kratek čas, običajno od 15 do 30 minut, kar omogoča enostavno vključitev v dnevni urnik.
- **Aktivno spremljanje:** Pričakuje se, da v sodelovanju z lekarniškimi farmacevtom pacient redno evidentira svoje meritve (npr. krvni sladkor) in se udeležuje kratkih posvetov, med katerimi nato skupaj analizirata rezultate.
- **Odprt pogovor in sodelovanje:** Pacientova vloga vključuje pripravo na pogovore, med katerimi pojasni trenutno stanje in morebitne težave, kar pripomore k prilagoditvi zdravljenja.

Sodelovanje v programu bo zahtevalo le nekaj ur na leto, kar je v primerjavi z dolgoročnimi koristmi za zdravje izjemno ugodno.

KAJ POSAMEZNIK PRIDOBI Z VKLJUČITVIJO V STORITEV?

Vključitev v storitev prinaša več merljivih koristi, ki se neposredno kažejo v boljšem

zdravljenju in kakovosti življenja. Med glavnimi koristmi so:

- **Izboljšano upravljanje sladkorne bolezni:** Redno spremljanje vrednosti krvnega sladkorja in drugih parametrov omogoča pravočasno prepoznavanje odstopanj, kar zmanjšuje tveganje za zaplete sladkorne bolezni, kot so bolezni srca, ledvic, vida in živčevja.
- **Osebn pristop k zdravljenju:** S sodelovanjem z lekarniškimi farmacevtom bodo pacienti deležni priporočil, prilagojenih osebnim potrebam in življenjskemu slogu. To pomeni, da bodo lažje dosegli ciljne vrednosti sladkorja v krvi in izboljšali splošno počutje.
- **Večja samostojnost in informiranost:** Boljše poznavanje sladkorne bolezni in zdravstvenega stanja vodi k večji samozavesti in aktivnejšemu pristopu k zdravljenju.
- **Preprečevanje resnejših zapletov:** Ob spremljanju sladkorne bolezni z rednimi posveti z lekarniškimi farmacevtom bodo pacienti lažje pravočasno sprejeli ukrepe, ki preprečujejo poslabšanje bolezni. Tako bodo zmanjšali zdravstvene težave in znižali stroške zdravljenja morebitnih zapletov v prihodnosti.
- **Dostop do strokovnega znanja:** Kot udeleženci programa farmacevtske skrbi bodo imeli pacienti neposreden stik z izkušenim lekarniškimi farmacevtom, ki jim bo dajal celovito podporo in nasvete, prilagojene njihovim potrebam. S tem bodo deležni zdravstvene oskrbe, ki presega le izdajo zdravil.

Viri:

1. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes – 2023. *Diabetes Care*. 2023 Jan; 46 (Suppl 1): S1–S282.
2. Almazroui A, Khan M, Ajmal M. Effectiveness of pharmacist-led interventions on diabetes management: a systematic review and meta-analysis. *Diabetes Ther*. 2021; 12(8): 2097–2110.
3. Khunti K, Davies MJ. Emerging roles of pharmacist-led care in type 2 diabetes management. *Diabet Med*. 2022; 39(1): e14711.
4. Združenje endokrinologov Slovenije. Slovenske smernice za klinično obravnavo sladkorne bolezni tipa 2. [Internet] Dostopno na: <https://endodiab.si/priporocila/diabetologija/smernice-za-vodenje-sladkorne-bolezni/>. Dostopano: 14. 3. 2025.

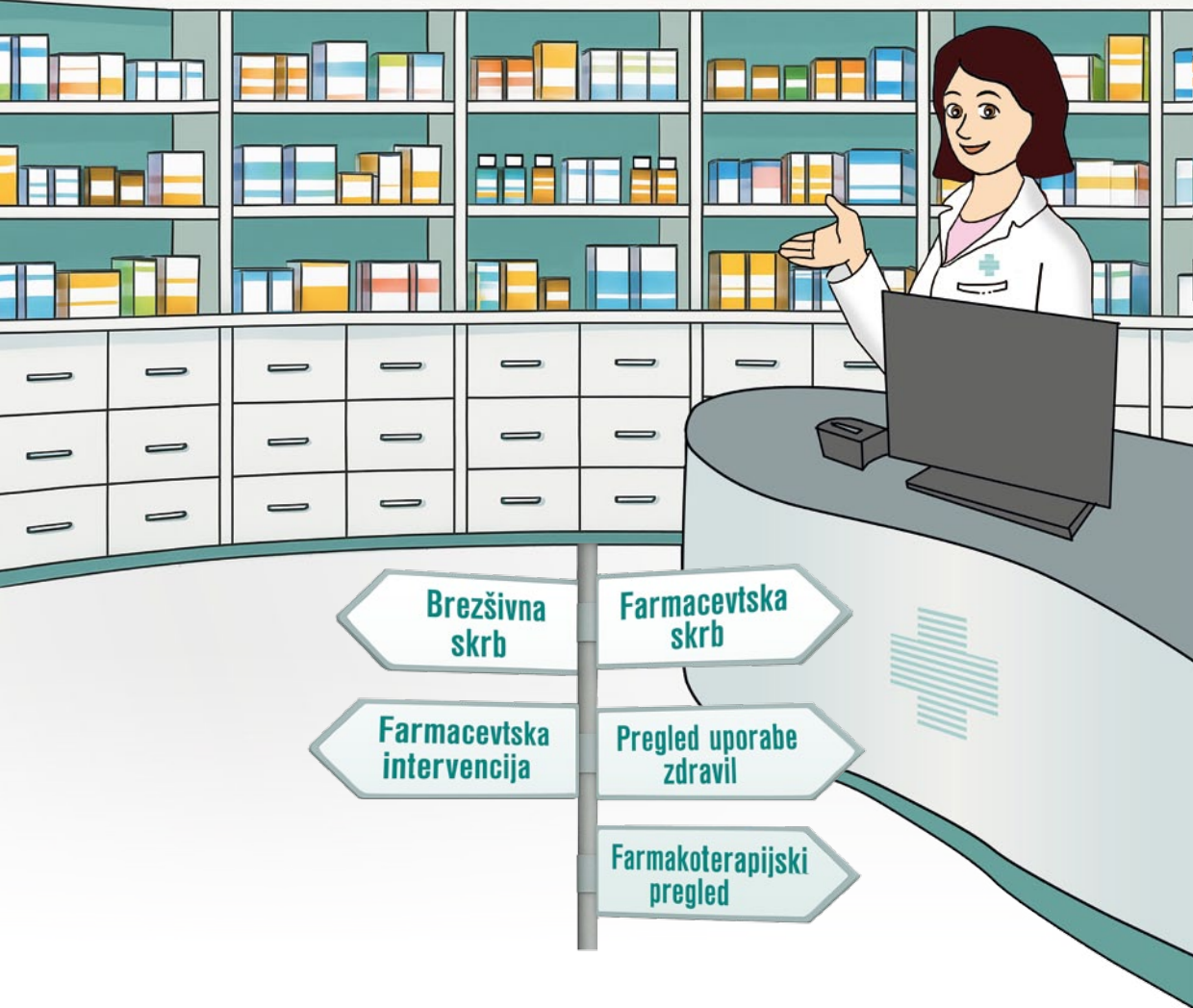
LEKARNA

FARMACEVTSKA SKRB

PREGLED UPORABE ZDRAVIL

SVETOVANJE

FARMAKOTERAPIJSKI PREGLED



Svetovalne
farmaceutske
storitve v lekarnah

Poti do svetovalnih farmacevtskih storitev v lekarnah

1

Pacient prihaja v lekarno po nasvet za samozdravljenje ...



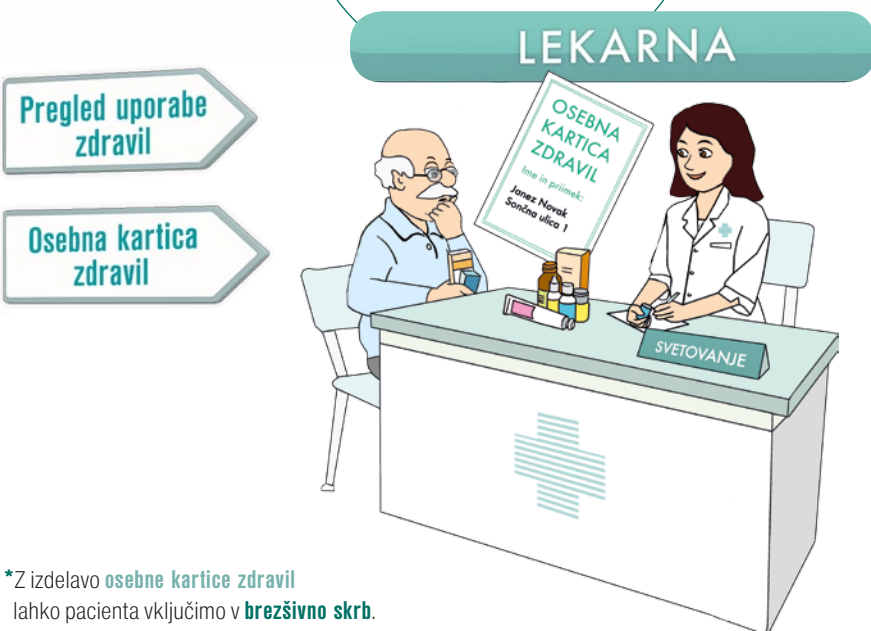
... **Lekarniški farmacevt** prepozna težavo, povezano s hipertenzijo, sladkorno boleznijo ali uporabo zdravil, in predlaga vključitev v **farmacevtsko skrb.**

**Farmacevtska
skrb**



2

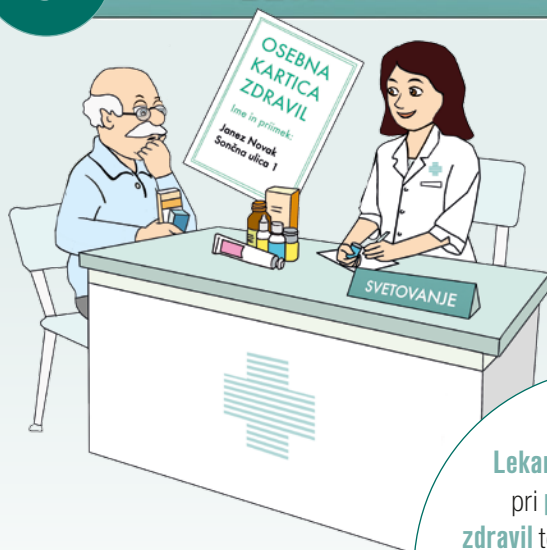
Pacient prihaja v lekarno po zdravila,
predpisana na recept ...



*Z izdelavo osebne kartice zdravil
lahko pacienta vključimo v brezplačno skrb.

3

LEKARNA



Lekarniška farmacevtka pri pregledu uporabe zdravil ter izdelavi/posodobitvi osebne izkaznice zdravil po potrebi predlaga **farmakoterapijski pregled*** v dogovoru z zdravnikom.

LEKARNA

Farmakoterapijski pregled



* Pri težavah, ki zahtevajo dostop do več podatkov iz zdravniške dokumentacije (npr. podatki laboratorijskih preiskav, natančnejše diagnoze, zgodovina zdravljenja z zdravili), predlagamo napotitev na **farmakoterapijski pregled** (v dogovoru z zdravnikom).

MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

VPRAŠAJ O SVOJEM ZDRAVILU



ODGOVARJA:

Bojan Madjar, mag. farm., spec.,

nacionalni koordinator farmacevtske skrbi Vprašaj o svojem zdravilu pri Lekarniški zbornici Slovenije

KAJ JE PROGRAM VPRAŠAJ O SVOJEM ZDRAVILU?

Zdravljenje z zdravili prinaša številne koristi: ozdravitev bolezni, preprečevanje zapletov, lajšanje simptomov in izboljšanje kakovosti življenja. Da bi bilo učinkovito in varno, morajo sodelovati vsaj trije ključni akterji – zdravnik, farmacevt in pacient. Pacientova vloga pri tem postaja čedalje pomembnejša, saj je prav on tisti, ki se na koncu odloči, ali bo zdravilo uporabljal in ga jemal pravilno.

Da bi lahko upošteval navodila za uporabo zdravil, mora imeti dostop do jasnih, zanesljivih in razumljivih informacij. Le dobro informiran pacient se lahko zaveda koristi zdravljenja in sprejema odgovorne odločitve. Na

primer, bolnik z atrijsko fibrilacijo, ki razume, da jemanje antikoagulantov preprečuje nastanek krvnega strdka in s tem možgansko kap, bo bolj motiviran za redno jemanje zdravila. Prav tako bo pacient lažje upošteval specifična navodila, če razume njihov namen – na primer, da jemanje določenega zdravila na prazen želodec poveča njegovo učinkovitost.

Program Vprašaj o svojem zdravilu je nastal iz prizadevanja lekarniških farmacevtov, da pacientom zagotovimo objektivne in strokovne informacije o zdravilih. Na razumljiv način jim pojasnimo, kako delujejo njihova zdravila, zakaj so predpisana in kako jih pra-

vilno uporabljati. Cilj programa je, da posamezniki bolje razumejo svoja zdravila, kar pripomore k varnejšemu in učinkovitejšemu zdravljenju.

KAJ JE NAMEN STORITVE?

Glavni cilj je izboljšati razumevanje zdravljenja z zdravili in pomagati pri sprejemanju odgovornih odločitev glede njihove uporabe. Z več znanja o zdravilih pacienti postanejo samozavestnejši pri zdravljenju, hkrati pa se zmanjša tveganje za morebitne napake, neželene učinke ali jemanje nepotrebnih zdravil.

KOMU JE STORITEV NAMENJENA?

Storitev je namenjena vsem, ki jemljejo zdravila – ne glede na to, ali so predpisana na recept ali so brez recepta. Koristna je za tiste, ki zdravila uporabljajo že dalj časa, še posebej pa za tiste, ki so pred kratkim začeli jemati novo zdravilo in imajo vprašanja o pravilni uporabi.

Če se je posameznik že kdaj vprašal: *Kako mi to zdravilo pomaga?*; *Ali ga lahko jemljem skupaj z drugimi zdravili ali prehranskimi dopolnili?*; *Kateri neželeni učinki se lahko pojavijo in kaj storiti, če se pojavijo?*; potem je ta storitev prava zanj.

POMEMBNO JE VEDETI!

Preden pacienti začnejo uporabljati katerokoli zdravilo, bi morali poznati odgovore na nekaj ključnih vprašanj:

- Zakaj se zdravilo uporablja?
- Kako in kdaj ga je treba vzeti?
- Kako dolgo ga je treba jemati?
- Ali se lahko med zdravljenjem vozijo ali upravljajo stroji?
- Kateri so možni neželeni učinki in kaj storiti, če se pojavijo?

Poleg tega lahko lekarniški farmacevti pacientom priporočamo, da se pozanimajo še o naslednjem:

- Kako se zdravilo imenuje?
- Ali obstajajo interakcije s hrano, pijačo, drugimi zdravili ali aktivnostmi?
- Kje lahko najdejo več informacij o zdravilu?
- Kako pravilno shranjevati zdravila?
- Kaj narediti z zdravili, ko jih ne potrebujemo več?

Ne glede na to, ali ima posameznik o svojih zdravilih le eno vprašanje ali več, mu lahko lekarniški farmacevti ponudimo strokovne in objektivne informacije, ki mu bodo pomagale pri varni in učinkoviti uporabi.

ALI STE VEDELI?

Pravilna uporaba zdravil je ključnega pomena za uspešnost zdravljenja. Številni neželeni učinki, neuspešno zdravljenje z zdravili ali celo poslabšanje bolezni lahko nastanejo prav zaradi napačne uporabe, nepravilnega odmerjanja, neupoštevanja navodil za uporabo ali neustreznega kombiniranja zdravil.

KAKO SE LAHKO POSAMEZNIK VKLJUČI V STORITEV?

Sodelovanje pri storitvi Vprašaj o svojem zdravilu pomeni, da si pacient zagotovi dostop do strokovno usposobljenega farmacevta, ki mu bo pomagal bolje razumeti zdravila in njihovo pravilno uporabo. To je priložnost, da prejme objektivne, zanesljive in prilagojene informacije, ki mu bodo v pomoč pri varnem in učinkovitem zdravljenju.

Kaj pacient lahko pričakuje?

- **Poglobljen pogovor o svojih zdravilih:** farmacevt mu bo razložil, kako posamezno zdravilo deluje, kakšen je njegov namen in kako ga pravilno uporabljati.
- **Jasne odgovore na vprašanja:** ne glede na to, ali gre za način jemanja, kombinacijo z drugimi zdravili ali prehranskimi dopolnili, morebitne neželene učinke ali druge dileme.
- **Pomoč pri pravilni uporabi zdravil:** farmacevt mu bo pomagal preveriti, ali zdravila jemlje na pravilen način, ob pravem času in v ustreznih odmerkih, da doseže najboljše možne rezultate zdravljenja.
- **Opozorila o previdnostnih ukrepih:** na primer, ali neko zdravilo lahko vpliva na sposobnost vožnje, ali ga je treba jemati na prazen želodec, s hrano, ali ga je treba shranjevati na poseben način.
- **Zmanjšanje tveganj za neželene učinke ali interakcije:** farmacevt bo pacienta opozoril tudi na morebitne interakcije med zdravili, prehranskimi dopolnili in hrano ter mu svetoval, kako se jim izogniti.
- **Razjasnitev pomislekov ali dvomov:** če ima pacient vprašanja ali skrbi zaradi varnosti, učinkovitosti ali dolgoročnih učinkov zdravljenja, mu bo farmacevt pomagal pri odločitvah na podlagi strokovnih in znanstvenih dejstev.

S tem ko pacient izkoristi možnost strokovnega posveta, prevzame aktivno vlogo pri svojem zdravljenju in si zagotovi najboljše pogoje za varno in učinkovito terapijo.

KAKO JE IZVAJANJE STORITVE VIDETI V PRAKSI?

Program poteka na več načinov, saj si farmacevti prizadevamo, da bi pacientom zagotovili čim več koristnih informacij o zdravilih. Sodelujemo v različnih medijih, zato lahko naše prispevke najdete v/na:



radijskih oddajah – poslušajte nacionalne in regionalne postaje, v katerih farmacevti govorimo o zdravilih in njihovi pravilni uporabi;



televizijskih oddajah – redno sodelujemo pri izobraževalnih vsebinah o zdravilih;



časopisih in revijah – objavljamo članke o varni in učinkoviti uporabi zdravil;



spletnih portalih – prispevke o zdravilih lahko pacient najde na spletnih straneh lekarniških zavodov, lekarn in drugih zdravstvenih portalih;



predavanjih in dogodkih – pogosto izvajamo izobraževanja o zdravilih, samostojno ali v sodelovanju z različnimi društvi bolnikov, upokojenцев in drugimi organizacijami.

Vse te aktivnosti so namenjene širšemu ozaveščanju o zdravilih, vendar razumemo, da imajo pacienti pogosto zelo specifična vprašanja o svojih zdravilih. Zato je najbolje, da se obrnejo neposredno na lekarniškega farmacevta. Vprašanja o zdravilih lahko omenijo ob obisku lekarne ali nas pokličejo. Odgovorili jim bomo takoj ali pa si bomo zanje rezervirali termin, če bomo presodili, da je potreben daljši pogovor. Storitve se v nekaterih lekarnah na željo pacienta lahko opravi tudi po telefonu ali spletu.

KAKŠNE SO DOLŽNOSTI POSAMEZNIKA OB VKLJUČITVI V STORITEV?

Dolžnost pacienta pri vključitvi v program Vprašaj o svojem zdravilu je, da je pripravljen sodelovati in biti odkrit pri pogovoru o svojih zdravilih. To pomeni, da si vzame nekaj časa, da prisluhne strokovnim informacijam, postavi vprašanja in razmisli o odgovorih.

Kaj to pomeni v praksi?

- Pacienti bodo vložili le delček svojega časa – lahko si ogledajo radijske ali televizijske oddaje o zdravilih, preberejo članke v časopisih in na spletu, prisluhnejo farmacevtskim predavanjem ali obiščejo lekarno in se pogovorijo s farmacevtom. Lahko sodelujejo samo enkrat ali pa večkrat – odvisno od potreb in želja.
- Pacienti naj bodo odprti in iskreni – če želijo, da jim farmacevt resnično pomaga, naj mu zaupajo vse pomembne informa-

cije: katera zdravila jemljejo, kako jih uporabljajo, ali imajo težave pri jemanju, ali jih skrbijo neželeni učinki ali interakcije z drugimi zdravili, prehranskimi dopolnili ali hrano. Bolj ko farmacevt razume njihovo situacijo, bolje jim lahko svetuje.

- Pacienti naj se ne bojijo postavljati vprašanj – nobeno ni nepomembno! Če česa ne razumejo ali imajo pomisleke, je pomembno, da o tem povprašajo. Namen programa je, da pomaga razumeti zdravljenje, zato so pacienti s svojimi vprašanji vedno dobrodošli.
- Brez dodatnih stroškov ali poti – program je popolnoma brezplačen, prav tako pacientom ni treba daleč od doma, saj poteka v njihovem kraju, lekarni ali celo po telefonu ali videoklicu, če jim to bolj ustreza.

KAJ POSAMEZNIK PRIDOBI Z VKLJUČITVIJO V STORITEV?

Vključitev v program Vprašaj o svojem zdravilu pacientom prinaša številne koristi, saj jim omogoča, da bolje razumejo svoja zdravila, jih pravilno uporabljajo in s tem izboljšajo svoje zdravje in počutje.

PRIMER:

Gospa Ana je dolgo jemala zdravilo z železom za zdravljenje anemije. Kljub rednemu jemanju ni opazila izboljšanja stanja, kar jo je začelo skrbeti. Svoje pomisleke je zaupala lekarniškemu farmacevtu, ki je podrobno preveril njeno uporabo zdravila.

Farmacevt je hitro opazil, da gospa Ana hkrati jemlje tudi kalcijeve tablete, ki jih je kupila na spletu, ne da bi vedela, da kalcij ovira absorpcijo železa v telesu. Svetoval ji je, naj zdravilo z železom in kalcijem jemlje ob različnih delih dneva, da se izogne neželeni interakciji. Poleg tega ji je razložil, kako lahko pravilno jemanje železa (na tešče, z vitaminom C) izboljša vsrkanje v kri.

Gospa Ana je po nekaj tednih opazila izboljšanje – anemija se je začela popravljati, njeno počutje se je izboljšalo, pridobila je več energije in predvsem več zaupanja v svojo terapijo.

Viri:

1. Airaksinen M, Ahonen R, Enlund H. The "questions to ask about your medicines" campaign. An evaluation of pharmacists' and the public's response. *Med Care*. 1998 Mar; 36(3): 422–427.
2. Questions to ask about your medicines (QaM), Campaign Proposal – March 1993, including Guidelines – August 2004, dosegljivo na: <http://europharm.pbworks.com/f/qam.pdf>.
3. Foppe van Mil JW, Schulz M. A Review of Pharmaceutical Care in Community Pharmacy in Europe, *Harvard Health Policy Review*, 7; (2006): 155–168.

MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

PREGLED UPORABE ZDRAVIL



ODGOVARJA:

Tina Grohar Maležič, mag. farm., spec.,

izvajalka storitve pregled uporabe zdravil v Lekarni Kočevje

KAJ JE PREGLED UPORABE ZDRAVIL?

Pregled uporabe zdravil je lekarniška kognitivna storitev, ki jo izvajajo farmacevti v lekarnah po Sloveniji. Gre za poglobljen pogovor med farmacevtom in pacientom, v katerem se osredotočimo na vsa zdravila, ki jih pacient jemlje – tista, ki jih predpiše zdravnik, in tudi tista, ki jih kupi sam (brez recepta), vključno s prehranskimi dopolnili, zeliščnimi pripravki in drugimi izdelki. Posvet traja približno pol ure in ne poteka v izdajnem prostoru, ampak v sobi za svetovanje, ki zagotavlja zasebnost. Vse, kar pacient pove farmacevtu, ostane

med njima in ne bo deljeno brez pacientovega soglasja. Cilj je ustvariti sproščen in zaupljiv odnos, zaradi katerega se lahko pacient brez zadržkov pogovori o svojih težavah, povezanih z zdravili.

KAJ JE NAMEN STORITVE?

Namen pregleda uporabe zdravil je izboljšati varnost in učinkovitost zdravljenja z zdravili ter zagotoviti, da pacienti svoja zdravila pravilno razumejo in uporabljajo.

KOMU JE STORITEV NAMENJENA?

Pregled uporabe zdravil je priporočljiv za vsakogar, ki za odpravo ali lajšanje zdravstvenih težav uporablja zdravila, izdana na recept ali brez recepta, prehranska dopolnila in druge izdelke ter ima vprašanja o svoji terapiji z zdravili.

Pregled uporabe zdravil je še posebej primeren:

1. **Pri večjem številu zdravil oziroma pri zdravljenju s petimi ali več zdravili:**
Če pacient jemlje več zdravil hkrati (poli-farmakoterapija), obstaja večja možnost za interakcije med njimi ali napake pri uporabi.
2. **Pri kroničnih nenalezljivih boleznih:**
Dolgotrajna uporaba zdravil, npr. pri sladkorni bolezni, povišanem krvnem tlaku, astmi, osteoporozi, zahteva posebno pozornost.
3. **Pri novi terapiji oziroma pri zamenjavi terapije z zdravili** (npr. pri odpustu iz bolnišnice): Če je pacient pred kratkim začel jemati novo zdravilo in ni prepričan, kako ga pravilno uporabljati.
4. **Ob neželenih učinkih zdravil:**
Če pacient sumi, da mu katero zdravilo povzroča težave (npr. slabost, omotica, kožni izpuščaji idr.).
5. **Pri posebnih skupinah:**
starostniki, nosečnice.

Opravljen pregled uporabe zdravil pod nekaterimi pogoji omogoča tudi vključitev v brezplačno skrb. Cilja brezplačne skrbi sta večja kakovost in varnost zdravljenja ob ustreznem usklajevanju med zdravili in zagotavljanju prenosa informacij o zdravljenju z zdravili pri posameznem pacientu. Ob zaključku pregleda uporabe zdravil lahko farmacevt pacientu izdela osebno kartico zdravil, ki je vidna tudi znotraj zdravstvenega sistema zVem ali jo pacientu preda v natisnjeni obliki. Tako ima ta informacije, katera zdravila uporablja, vedno pri sebi. Te so še posebej pomembne, ko pacienta obravnavajo različni zdravniki in ko dviguje zdravila pri različnih farmacevtih v lekarnah. Zelo pomembno je, da farmacevt osebno kartico zdravil ob morebitnih spremembah pri zdravljenju ustrezno posodobi ali predlaga kontrolni pregled uporabe zdravil, če presodi, da ga pacient potrebuje.

ALI STE VEDELI?

Osebna kartica zdravil vsebuje podatke o predpisanih zdravilih na recept in o načinu jemanja posameznih zdravil ter vključuje tudi zdravila brez recepta in prehranska dopolnila, ki jih pacient jemlje redno ali občasno. Zapisana je v obliki tabele z imeni zdravilnih učinkovin, ki jih ta zdravila vsebujejo, režimom in načinom odmerjanja posameznega zdravila ter namenom uporabe.

KAKO SE LAHKO POSAMEZNIK LAHKO VKLUJUČI V STORITEV?

Za pregled uporabe zdravil se lahko dogovorite v lekarni, v kateri je za opravljanje te storitve zaposlen ustrezno usposobljen magister farmacije. Poskusite lahko že v najbližji lekarni.

KAKO JE IZVAJANJE STORITVE VIDETI V PRAKSI?

1. **Dogovor za termin:** Pacient se najprej v lekarni dogovori za termin pregleda.
2. **Priprava:** Farmacevt in pacient pregledata seznam vseh zdravil, ki jih pacient jemlje, vključno z zdravili brez recepta in prehranskimi dopolnili. S pridobljenimi podatki ali informacijami se farmacevt lahko pripravi na posameznikov primer.
3. **Srečanje s farmacevtom:** Farmacevt pacienta najprej povpraša o načinu jemanja zdravil, težavah, povezanih z zdravili, in morebitnih neželenih učinkih. Pregleda način jemanja zdravil in njihove odmerke. Preveri, ali pacient pravilno razume navodila, ki jih daje zdravnik ali farmacevt, in ali morda zdravila kombinira z neprimernimi prehranskimi dopolnili ali drugimi izdelki. Farmacevt preveri možne težave, kot so napačna uporaba zdravil (preveliki ali premajhni odmerki) glede na predpis, součinkovanje zdravil, ki lahko zmanjša njihovo

učinkovitost ali poveča tveganje za neželene učinke, uporabo zdravil, ki jih pacient ne potrebuje več, in možnosti za poenostavitev terapije, če je preveč zapletena.

4. **Povratne informacije:** Na koncu pregleda farmacevt pacientu poda priporočila za izboljšanje uporabe zdravil. Če opazi resnejše težave, o tem obvesti zdravnika, ki vodi zdravljenje. Ob koncu pogovora in pregleda magister farmacije za pacienta pripravi tudi osebno kartico zdravil, ki je namenjena boljšemu pregledu jemanja zdravil in jo ob obisku ambulate predloži zdravniku. Na njej so zapisane dodatne informacije, denimo, kakšen je vpliv hrane na delovanje zdravil, ali se tablete lahko drobijo, ali se kapsula zdravila lahko odpre, kako shranjevati zdravila, ali zdravilo vpliva na sposobnost pri vožnji in delu s stroji itn. Osebna kartica zdravil je lahko koristen pripomoček tudi za svojce, ki sodelujejo pri zdravljenju z zdravili.

KAKŠNE SO DOLŽNOSTI POSAMEZNIKA OB VKLUJČITVI V STORITEV?

Pomembno je, da se pacienti udeležijo dogovorjenega termina, saj si je izvajalec storitve delo organiziral tako, da si lahko vzame dovolj časa in se bo v celoti posvetil njihovim zdravilom in vprašanjem. Do farmacevta naj bodo pacienti iskreni in z njim delijo vse pomisleke in vprašanja, ki jih imajo o svojih zdravilih. Nobena vprašanja in pomisleki niso nepomembni.

PRIMERI POGOSTIH VPRAŠANJ IN POMISLEKOV

Zakaj moram jemati toliko zdravil?

Farmacevt pojasni namen vsakega zdravila in preveri, ali so vsa še vedno potrebna.

Imam težave s spominom – kaj naj naredim, da ne bom pozabil na zdravila?

Farmacevt predlaga različne rešitve, kot so škatlice za zdravila, opomniki na telefonu ali preprostejši načini razporeditve odmerkov.

Ali lahko jemljem to zdravilo skupaj z vitamini ali čajem, ki ga pijem vsak dan?

Farmacevt preveri interakcije med zdravili in prehranskimi dopolnili ter pacientu svetuje, kako jih pravilno kombinirati.

Kaj storim, če zdravilo povzroča neželene učinke?

Farmacevt razloži pacientu, kako ukrepati, in če je treba, stopiti v stik z osebnim zdravnikom.

KAJ POSAMEZNIK PRIDOBI Z VKLJUČITVIJO V STORITEV?

1. Pacient po farmacevtovi razlagi bolje razume, zakaj je treba jemati neko zdravilo, kako deluje in kaj se zgodi, če ga ne jemlje pravilno.
2. S storitvijo pregled uporabe zdravil želimo preprečiti težave, povezane z zdravili. Farmacevt lahko odkrije morebitne napake pri uporabi zdravil, ki bi lahko vplivale na zdravje.
3. Zagotoviti želimo večjo varnost zdravljenja z zdravili oziroma zmanjšati tveganje za neželene učinke in izboljšati učinkovitost zdravljenja.
4. Pacient dobi osebni nasvet. Jemanje zdravil se prilagodi tako, da je čim bolj enostavno in učinkovito.
5. Storitev pregled uporabe zdravil je podpora pri zdravljenju. Zmanjša negotovost in strah pred uporabo zdravil ter izboljša zaupanje v terapijo z zdravili.

Viri:

1. Airaksinen M, Ahonen R, Enlund H. The "questions to ask about your medicines" campaign. An evaluation of pharmacists' and the public's response. *Med Care*. 1998 Mar; 36(3): 422–427.
2. Questions to ask about your medicines (QaM), Campaign Proposal – March 1993, including Guidelines – August 2004, doseglijivo na: <http://europharm.pbworks.com/f/qam.pdf>.
3. Foppe van Mil JW, Schulz M. A Review of Pharmaceutical Care in Community Pharmacy in Europe, *Harvard Health Policy Review*, 7; (2006): 155–168.



MISLI NA ZDRAVJE –
POMISLI NA LEKARNO!

FARMAKOTERAPIJSKI PREGLED

ODGOVARJA:

Ana Banović Koščak, mag. farm., spec.,

izvajalka storitve farmakoterapijski pregled v Ambulanti farmacevta svetovalca ZD Nova Gorica

KAJ JE FARMAKOTERAPIJSKI PREGLED?

Farmakoterapijski pregled je obsežen in celovit pregled pacientovega zdravljenja z zdravili. Opravi ga farmacevt specialist klinične ali lekarniške farmacije (farmacevt svetovalac), ki je usposobljen strokovnjak na področju optimizacije zdravljenja z zdravili. Farmacevt svetovalac se osredotoča na dejanske in potencialne težave pri zdravljenju z zdravili, predvsem s stališča učinkovitosti in varnosti. Med pregledom preveri pravilno jemanje zdravil, primernost odmerkov, med-

sebojno delovanje ter ovrednoti pomembne interakcije med zdravili in morebitne neželene učinke. Na podlagi pogovora s pacientom in razpoložljivih podatkov o zdravstvenem stanju (diagnoze, laboratorijski izvidi, specialistični izvidi, ocena delovanja ledvic in jeter, zgodovina zdravljenja z zdravili) pripravi farmakoterapijski izvid. V njem poda predloge in priporočila za osebne zdravnika z namenom razrešitve ugotovljenih težav in preprečevanja novih.

KAJ JE NAMEN STORITVE?

Namen in cilj farmakoterapijskega pregleda sta izboljšati zdravljenje z zdravili ter vzdrževati ali izboljšati z zdravjem povezano kakovost življenja. Pregled temelji na prepoznavanju in odpravljanju težav, povezanih z zdravili. S predlaganimi ukrepi je lahko zdravljenje z zdravili za pacienta optimalnejše.

KOMU JE STORITEV NAMENJENA ?

Farmakoterapijski pregled je namenjen tistim, ki:

- redno jemljejo sedem ali več zdravil,
- imajo zaradi različnih kroničnih bolezni zdravila predpisana pri več zdravnikih,
- so pogosto sprejeti v bolnišnico,
- imajo ugotovljeno okvaro ledvic ali jeter,
- imajo težave pri jemanju zdravil (zahtevno odmerjanje večkrat na dan, težave pri požiranju zdravil),
- sumijo na neželeni učinek zdravil.

RAZLIČNI VZROKI NAPOTITVE NA FARMAKOTERAPIJSKI PREGLED IN NJIHOVA RAZLAGA

Sočasna uporaba več zdravil

Z večanjem števila predpisanih zdravil se povečuje možnost neželenega medsebojnega delovanja med zdravili in verjetnost neželenih učinkov zdravil, kar je še posebej izrazito pri rednem jemanju sedem ali več zdravil.

Kronične bolezni

Če pacient jemlje več zdravil zaradi različnih kroničnih bolezni, zaradi katerih obiskuje več specialistov, ali je pogosteje sprejet v bolnišnico, je večja možnost součinkovanja zdravil in težav, povezanih z njimi.

Zmanjšano delovanje ledvic ali jeter

Ob zmanjšanju delovanju ledvic in jeter je še posebej pomembno, da so zdravila skrbno izbrana in je odmerjanje prilagojeno stopnji okvare.

Neželeni učinki zdravil

Če pacient sumi, da se zaradi zdravljenja z zdravili počuti slabše ali mu ta povzročajo kakršnekoli težave, bo farmacevt svetovalec lahko njegovemu osebnemu zdravniku predlagal spremembe odmerka ali zamenjavo zdravila.

Težave pri jemanju zdravil

Farmacevt lahko pacientu pomaga poenostaviti shemo jemanja zdravil, če se mu zdi preveč zapletena in ga ovira v vsakdanjem življenju. Poenostavljena shema jemanja zdravil izboljša sodelovanje in uspešnost zdravljenja z zdravili.

Če ima pacient težave pri jemanju zdravil in jih mora deliti, drobiti ali zaužiti po sondi, farmacevt poda priporočila za pravilno uporabo vsakega predpisanega zdravila. Če zdravilo ni primerno, predlaga primerno zamenjavo.

Če pacienta zanima, ali zdravila uporablja pravilno, je zanj primernejši **pregled uporabe zdravil**. Če farmacevt ugotovi kompleksnejšo težavo pri zdravljenju z zdravili, lahko svetuje napotitev na **farmakoterapijski pregled**.

KAKO SE LAHKO POSAMEZNIK VKLJUČI V STORITEV?

Pacienta lahko na farmakoterapijski pregled napoti osebni zdravnik, pri čemer storitev krije Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Zdravnik bo pacienta napotil k farmacevtu svetovalcu, ko bo potreboval strokovno mnenje o njegovem zdravljenju z zdravili. O napotitvi ga lahko povpraša tudi pacient sam, če meni, da so njegove težave povezane z zdravili.

Za uspešno optimizacijo zdravljenja z zdravili sta ključna sodelovanje in dobra komunikacija med farmacevtom specialistom in zdravnikom. Le tako lahko pričakujemo, da bo obravnava pacientovega zdravljenja z zdravili uspešna. Zato se v praksi farmakoterapijski pregledi ne izvajajo kot samoplačniška storitev. Z napotitvijo osebnega zdravnika ima farmacevt specialist dostop do pacientove zdravstvene dokumentacije in lahko opravi celovit pregled zdravljenja z zdravili.

Farmakoterapijske preglede zdaj opravljajo v vseh regijah v Sloveniji, saj se je storitev na primarni ravni zdravstvenega varstva postopoma uvajala od leta 2016. Farmacevt svetovalec deluje kot del tima osebnega zdravnika. Po njem lahko pacient povpraša v najbližji lekarni ali osebnega zdravnika. Informacije o farmacevtskih storitvah dobi tudi na spletni strani lekarne ali zdravstvenega doma v svoji regiji.

Osebni zdravnik bo pacientu izdal delovni nalog za farmakoterapijski pregled in povedal, kje se lahko naroči za pregled (zdravstveni dom ali lekarna). Farmakoterapijske preglede

opravljajo v zdravstvenih domovih ali lekarni, odvisno od organizacije dela ambulate farmacevta svetovalca v posameznem kraju.

KAKO JE IZVAJANJE STORITVE VIDETI V PRAKSI?

Pred pregledom farmacevt svetovalec iz razpoložljive dokumentacije zbere podatke o pacientovemu zdravstvenemu stanju (diagnoze, laboratorijski izvidi, izvidi specialistov, ocena delovanja ledvic in jeter, zgodovina zdravljenja z zdravili).

Pogovor običajno traja 30 minut. Pacient se s farmacevtom pogovori o svojih zdravilih in izkušnjah z njimi. Med pogovorom mu bo farmacevt svetoval, kako jih pravilno uporabljati (npr. s hrano ali brez nje, na tešče, pred spanjem ...). Če mu pri jemanju zdravil pomaga kdo drug in/ali v celoti skrbi za jemanje, je zaželeno in zelo koristno, da se pridruži pregledu.

Po pregledu bo farmacevt preveril primernost odmerkov, medsebojno delovanje zdravil ter ovrednotil pomembne interakcije med zdravili in morebitne neželene učinke. Predloge in priporočila z namenom razreševanja ugotovljenih težav in izboljšanja zdravljenja z zdravili bo zapisal v farmakoterapijskem izvidu. Izvid bo poslal pacientovemu osebnemu zdravniku, s katerim se bo ta nato dogovoril o zdravljenju z zdravili in morebitnih spremembah.

KAKŠNE SO DOLŽNOSTI POSAMEZNIKA OB VKLJUČITVI V STORITEV?

Pomembno je, da pacient na naročeni termin s seboj prinese:

- zdravstveno izkaznico,
- vsa zdravila, ki mu jih je predpisal zdravnik, in
- vsa zdravila, prehranska dopolnila in druge pripravke, ki jih je kupili v lekarni ali specializirani trgovini.

Lahko prinese seznam zdravil ali po eno škatlo vsakega zdravila, kar je zanj lažje. Zdravila, ki zahtevajo shranjevanje v hladilniku, naj pusti doma, njihova imena pa si po potrebi zapiše. Pripravi naj tudi vprašanja, povezana z zdravili.

ALI STE VEDELI?

Tudi v bolnišnicah farmacevti specialisti klinične farmacije izvajajo različne farmacevtske storitve (npr. brezplačna skrb, stalno sodelovanje farmacevta kot del zdravstvenega tima na oddelku). Tako je možno, da boste med hospitalizacijo deležni farmacevtskega svetovanja in obravnave farmacevtov specializistov.

KAJ POSAMEZNIK PRIDOBI Z VKLJUČITVIJO V STORITEV?

Cilj pregleda je izboljšati zdravljenje z zdravili in tudi vzdrževati ali izboljšati z zdravjem povezano kakovost življenja.

Farmacevti želijo s predlaganimi izboljšavami pri zdravljenju z zdravili zmanjšati tveganje za neželene učinke, povečati učinkovitost zdravljenja in v nekaterih primerih tudi zmanjšati število zdravil (npr. predlagajo ukinitvev zdravil, o katerih menijo, da niso več potrebna v terapiji ali so manj primerna glede na pridružene bolezni). S pogovorom pomagajo ljudem razumeti, kako deluje neko zdravilo in zakaj ga je treba jemati. Lahko poenostavijo shemo jemanja zdravil, če se pacientu zdi prezahtevna in ga ovira v vsakdanjem življenju. Z nasveti izboljšajo sodelovanje pri zdravljenju z zdravili; posledično so boljši tudi učinki zdravljenja.

Po opravljenem farmakoterapijskem pregledu in morebitnih ukrepih osebnega zdravnika lahko farmacevt svetovalec pripravi osebno kartico zdravil – seznam zdravil z natančnimi navodili za pravilno uporabo. Ta bo vidna v pacientovi digitalni zdravstveni dokumentaciji na portalu zVem ali mobilni aplikaciji zVem drugim zdravstvenim delavcem in tudi njemu samemu. Tako bo vključen v **brezšivno skrb** in bo njegovo nadaljnje zdravljenje na vseh ravneh zdravstvenega varstva (npr. zdravstveni

dom, specialistični pregledi, bolnišnica, onkološki inštitut, UKC) bolj varno. Brežšivna skrb pomeni, da med zdravstvenimi delavci, ki bodo obravnavali pacienta, poteka neprekinjena izmenjava informacij o zdravljenju

z zdravili (katera zdravila pacient jemlje in v kolikšnem odmerku ter tudi katera so bila med zdravljenjem ukinjena). Vse za to, da v prihodnje ne bi nastali nepotrebni zapleti in težave pri jemanju zdravil.

Viri:

1. Lekarniška zbornica Slovenije. Lekarne za vas [Internet]. Dostopno na: <https://www.lzs.si/informacije/lekarne-za-vas>. Dostopano: 29. 1. 2025.
2. Lekarniška zbornica Slovenije. Standardni operativni postopek za storitev farmakoterapijski pregled. 2016.
3. Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije. Kdo je Farmacevt svetovalec? [Internet] Dostopno na: [https://api.zzzs.si/ZZZS/info/egradiva.nsf/0/f11f2a26a4332a61c125829b0038245f/\\$FILE/Zlo%C5%BEenka%20Farmacevt%20svetovalec%20maj%202023.pdf](https://api.zzzs.si/ZZZS/info/egradiva.nsf/0/f11f2a26a4332a61c125829b0038245f/$FILE/Zlo%C5%BEenka%20Farmacevt%20svetovalec%20maj%202023.pdf). Dostopano: 29. 1. 2025.
4. Kovačič A. Farmakoterapijski pregled in ambulate farmacevta svetovalca v Sloveniji. Farm vestn. 2018; 69: 39–43.
5. Lekarniška zbornica Slovenije. Standardni operativni postopek za izvajanje brezšivne skrbi na primarni ravni. 2023.



**Think
Health**

**Think
Pharmacy**

**Professional
Available
Trusted**





ZA KONEC

Draga bralka, dragi bralec,

v sodobnem času je znanost dosegla velikanske uspehe in nekoč neozdravljive bolezni so zdaj obvladovane z zdravili. Zaradi njihovega razvoja je pacientom povrnjena kakovost življenja, kar je neprecenljivo.

Za magistre farmacije, zaposlene na vseh ravneh zdravstvenega varstva, sta kakovost in varnost zdravljenja z zdravili pri obravnavi pacienta na prvem mestu. Ob prehodu med različnimi zdravstvenimi ustanovami je ključnega pomena prenos informacij, ki zadevajo pacienta. Zato smo razvili storitve brezplačne skrbi, ki smo jih podrobneje predstavili v knjižici.

Farmacija je izredno široko področje, na katerem se prepletajo številna znanja, ki omogočajo, da zdravilna učinkovina prepotuje izredno zahtevno pot do pacienta. Na tem mestu pa se začne poslanstvo magistra farmacije, saj se zavedamo, da je opolnomočenje pacienta eden glavnih pogojev za uspešno sodelovanje pri zdravljenju z zdravili.

Lekarniški farmacevti smo med najdostopnejšimi zdravstvenimi delavci. Za doseganje pozitivnih izidov zdravljenja in uravnavanja z zdravjem povezane kakovosti življenja opravljamo storitve farmacevtske skrbi.

Vse storitve v lekarnah so zasnovane z namenom pomagati pacientom pri skrbi za njihovo zdravje. To se kaže pri spodbujanju k zdravemu načinu življenja, informiranju o pomembnosti samokontrole pri obravnavi osnovne bolezni, svetovanju o samozdravljenju, prepoznavi z zdravili povezanih težav ter tudi pri informiranju o pomembnosti in smiselnosti zdravljenja z zdravili.

Z letošnjo knjižico vam želimo približati poklic lekarniškega farmacevta, ki presega »le« izdajo zdravil in drugih izdelkov. Z nenehnim izobraževanjem, specializacijami iz različnih vej farmacije, pridobivanjem specialnih znanj za opravljanje storitev in številnimi projekti, s katerimi krepimo vezi z vami, dragi bralci, ohranjamo vaše zaupanje in odgovornost do našega poklica.

Maša Koritnik Zdravec, mag. farm., spec.,
predsednica Sekcije farmacevtov javnih lekarn
pri Slovenskem farmacevtskem društvu



SLOVENSKO FARMACEVTSKO DRUŠTVO
SEKCIJA FARMACEVTOV JAVNIH LEKARN

KNJIŽICA JE BREZPLAČNA



9 789619 423097