

Projekt Senioři

Nebojte se zeptat svého lékárníka

PharmDr. Lucie Stankovičová, PharmDr. Petr Lorenc

Lékárna U Zlatého anděla, Podbořany

Senioři představují nezanedbatelnou část klientů lékáren. Vyšší věk s sebou přináší nutná specifika v léčbě. Projekt Senioři si klade za cíl vzdělávání, odstranění komunikačních bariér a zefektivnění farmakoterapie.

Klíčová slova: projekt Senioři, stáří, lékárník.

Project Seniors

Seniors represent significant part of pharmacy clients. Higher age brings necessary unique qualities in treatment. Project Seniors wants to educate, remove communication barriers and make pharmacotherapy effective.

Key words: Project Seniors, age, pharmacist.

Prakt. Lékáren. 2010; 6(1): 46–47

Naše populace stárne. Záleží především na nás, jak s touto významnou částí života naložíme.

Pro pacienty, kteří se aktivně zajímají o své zdraví, připravila Česká lékárnická komora ve spolupráci se Svazem důchodců České republiky, 1. lékařskou fakultou UK a Sekcí klinické farmacie ČFS JEP „Projekt SENIOŘI“ zaměřený na skupinu starších nemocných. Hlavními organizátory projektu jsou za Svaz důchodců ČR – prof. RNDr. PhDr. J. Solich, CSc., za Sekci KF ČFS JEP a Geriatrickou kliniku 1. LF UK – PharmDr. D. Fialová, Ph.D. a za ČLnK prezident Mgr. S. Havlíček a viceprezident ČLnK Mgr. M. Hojný. Koordinátorkami projektu jsou PharmDr. D. Syrová ze Všeobecné fakultní nemocnice Praha a Mgr. J. Gregorová z Fakultní nemocnice Bulovka.

S rostoucím věkem přibývá počet onemocnění a následně i množství užívaných léků. U seniorů dochází k řadě změn, mění se jejich schopnosti adaptace na vnější prostředí, snižuje se zastoupení svalové hmoty a svalová síla, stárne kardiovaskulární i nervový systém, výživa bývá často jednostranná, objevují se např. i smyslové poruchy, zpomaluje se odbourávání léčiv a to vše vytváří potenciální rizika při užívání léků. Co je neškodné pro jedince ve středním věku, může být ve stáří nebezpečné. Těchto významných rozdílů jsou si lékárníci vědomi, a proto je cílem „Projektu Senioři“ vybudovat po celé republice síť konzultujících odborníků a pracovišť, která se budou specializovat na odborné poradenství seniorům.

Potřeba lékárníků věnovat se intenzivněji této skupině obyvatelstva začala na jaře 2008. Základem je přednášková činnost pro seniory na dané téma s důrazem na odlišnosti v léčbě

onemocnění u starších pacientů. Významným cílem projektu je i odstranění komunikačních bariér, snaha naučit seniory aktivně klást otázky a získávat společnou diskuzí se svým lékárníkem cenné informace o užívaných lécích, jejich spolešnosti a rizicích.

Pacienti do lékárny často přicházejí z lékařské ordinace s nově předepsanou léčbou, mnohdy nervózní a zmatení. Hlavu mají obtěžkanou přemírou informací nebo jsou naopak stresováni z nezodpovězených (a často nevyslovených) otázek. Lékárník je tak posledním článkem, který může pacientovi pomoci zorientovat se v jeho onemocnění, dodržet správnou léčbu a dosáhnout požadovaného výsledku. Na odborné konzultace

s pacientem je připravován již na vysoké škole a dále v praxi v povinném celoživotním vzdělávání. Je odborníkem nejen na výrobu a výdej léků, ale i na posouzení jejich účinnosti a bezpečnosti u konkrétního pacienta, lékové interakce, režimová opatření při užívání farmakoterapie apod.

Představa projektu Senioři, ve kterém by lékárníci přednášeli seniorským organizacím po celé ČR přednášky věnované otázkám bezpečné a účinné farmakoterapie, byla předložena na podzim roku 2008 seniorským sdružením a nabídka vyvolala nečekaný zájem. Do projektu se přihlásilo přes 19 seniorských organizací, nejvíce zájemců z Čech a část z Moravy. Školitelé (farmaceuti přihlášení do projektu) si vytvořili

Obrázek 1. Lékárníci přednášeli seniorským organizacím po celé ČR



malé týmy a domluvili si termíny přednášek. Mezi prvními tématy bylo zvoleno „Co by senioři měli vědět o lécích“.

Jedna z prvních přednášek se konala v Praze 6-Řepy, kam vyrazil náš dvoučlenný tým až ze severních Čech. První velké plus jsme si získali tím, že jsme k seniorům vážili cestu dlouhou 90 km. Místo konání akce jsme našli bez problémů a hned po příchodu se nás ujal vstřícný personál centra, kde jsme přednášeli – uvařili nám čaj, nabídli sušenky a vyprávěli o svých aktivitách. Dozvěděli jsme se, že se zde nevěnují pouze seniorům. Rozsah jejich činnosti je úctyhodný – práce s problémovými dětmi, pomoc drogově závislým, spolupráce s tělesně postiženými občany. Pochopitelně se také starají o volnočasové aktivity seniorů – učí je např. práci s počítačem. Hrálo nás vědomí, že se můžeme odbornou přednáškou alespoň trochu podílet na obecně prospěšné práci tohoto zařízení.

I přes nepřízeň počasí, které zkomplikovalo příchod méně pohyblivým pacientům, se na naši přednášku dostavilo asi 25 účastníků. V šedesáti minutách jsme chtěli posluchače upozornit na nejčastější chyby při uchovávání a aplikaci různých léčivých přípravků. Podrobně probrat, jak si doma léky v klidu překontrolovat, roztřídit

a uklidit podle teploty uchovávání. Upozornit na průběžné sledování doby použitelnosti a zdůraznit, že léky jsou nebezpečným odpadem, který rozhodně nepatří do popelnic a musí být likvidován tak, že je odevzdán do lékárny a odtud svážen do specializovaných spaloven. Na konkrétních příkladech jsme pak objasnili, jak správně kapat oční kapky, které kapsle lze vysypávat a rozmíchávat v troše tekutiny, výhody a nevýhody aplikace léčiv ve formě náplastí. Řešili jsme, zda a jaké tablety lze púlit – s velkým nadšením se setkala k tomu určená pomůcka, tzv. púlička tablet. Také jsme se snažili vysvětlit nejrůznější odborné pojmy, které se na pacienty každý den hrnou z médií, aby se mohli lépe zorientovat ve složité zdravotnické problematice. Detailně jsme se pozastavili nad příbalovým letákem. Ten by měl být pro pacienta základním, přehledným a srozumitelným zdrojem informací o léku. Bohužel jeho současná forma je často natolik složitá, že po přečtení se někteří pacienti vystraší a bojí lék vůbec užít. Opět jsme apelovali na seniory, aby se neděsili uvedených informací a konzultovali je se svým lékárníkem nebo lékařem.

V závěrečné diskuzi byli senioři velmi aktivní a my se ocitli doslova pod palbou nejrůznějších

dotazů. Společně jsme řešili i odvykání kouření, generickou substituci, nadměrné užívání léků, hubnutí a samozřejmě rozdílné doplatky v jednotlivých lékárnách. Přes počáteční obavy z pasivních posluchačů se ze seniorů vyklubalo velmi pozorné auditorium a celá akce se tak nepozorovaně protáhla na dvě a půl hodiny. Během přednášky se vytvořila úžasná – dalo by se říci domácí atmosféra. Ze strany seniorů byla zcela patrná snaha o komunikaci. Všechny otázky jsme zodpověděli uspokojivě, rozloučili se s posluchači a s příjemným pocitem odjžděli domů.

Z našich poznatků z této akce vyplynulo, že senioři mají zájem o získávání informací od lékárníka a navázání užší spolupráce. Závěrem lze konstatovat, že nejen náš tým, ale i senioři věří a těší se, že „Projekt Senioři“ bude i nadále zdárně pokračovat s novými atraktivními tématy.

PharmDr. Lucie Stankovičová

PharmDr. Petr Lorenc

Lékárna U Zlatého anděla, Podbořany
Masarykovo náměstí 440,
441 01 Podbořany
lucie.stankovicova@email.cz
blamuz@seznam.cz
