



REKRUTTERING

Mød de nye
rollemodeller

SIDE 16

BESTÅET

Tilsyn på
apotekerne
afsluttet

SIDE 30

På Vojens Apotek er dosispakket medicin for alle

≡

10

HJÆLP DINE PATIENTER MED AT STOPPE OG FOREBYGGE BLØDENDE TANDKØD

Parodontax er en flourtandpasta til daglig brug
med en unik 67% natriumbikarbonat formulering

58%

reduktion af
blødende tandkød*¹

4X

bedre fjernelse af plak*²



HALEON PRO

Læs mere om Parodontax og bestil prøver
og patientmateriale ved at scanne QR-koden
eller tilmelde dig på www.haleonpro.dk



*Efter 24 uger. Alle patienter fulgte et regime med professionel rengøring ved baseline og herefter tandbørstning to gange dagligt i 24 uger.

**sammenlignet med en almindelig tandpasta efter professionel rengøring og 24 ugers børstning to gange dagligt.

1. Akwagyiram et al. Efficacy and Tolerability of Sodium Bicarbonate Toothpaste in Subjects with Gingivitis: A 6-month Randomized Controlled Study. Oral Health Prev. Dent. 2017; 16(5): 401-407.
2. Jose A et al. J Clin Dent. 2018; 29:33-39.

INDHOLD

4 Leder

Sammen om at styrke den lokale interessevaretagelse.

5 Medieklip

6 Nyheder

8 Samtalepakke

Også erfarne apotekere har gavn af ledelsessamtaler.

10

DOSISPAKKET MEDICIN

På Vojens Apotek har mange kunder gavn af dosispakket medicin – også yngre mennesker og selvhjulpne ældre.

16

Rekrutteringskampagne

Mød de nye rollemodeller.

22

OVERVÆGT

Den kommende sundhedsfaglige kampagne stiller skarpt på apotekets møde med mennesker med overvægt.

24

Hvorfor stigmatiserer vi mennesker med overvægt? En forsker forklarer.

26

Temadag for kredsbestyrelserne.

30

BESTÅET

Apotekerne har været i gennem tilsyn.

34 NY VIDEN

34

RUNDT OM

Warfarin

37

NAVNE

Ny apoteker på Frederiksberg Apotek

38 APOTEKERLAND



Dagligt henleder vi ved skranken opmærksomheden på muligheden for at få medicinen dosispakket, hvis vi kan se, at det kunne være en fordel for den kunde, vi står med.

Stine Matthiesen,

farmakonom, Vojens Apotek

Læs mere side 10

16

I FRONT. Som rollemodel i apotekernes nye rekrutteringskampagne skal farmakonom Mette Laugesen Nielsen være med til at tiltrække nye kollegaer til sektoren.





Sammen om styrket lokalt samarbejde

FOR LIDT OVER ET ÅR SIDEN ændrede vi i Apotekerforeningen vores organisering fra otte kredse til fem regionskredse. Formålet var klart: at styrke apotekernes stemme lokalt for på den måde at blive en mere attraktiv og tydelig samarbejdspartner for det øvrige sundhedsvæsen.

Sådan en forandring er langt mere end struktur og streger på et danmarkskort. Den er en proces, hvor vi internt skal have defineret vores nye roller. Hvordan koordinerer vi den centrale og den regionale interessevaretagelse? Hvad indebærer opgaven for kredsene, og hvad har de brug for, for at kunne løfte den? Det fik vi lejlighed til at drøfte på den temadag for kredsbestyrelserne, som er omtalt på side XX her i bladet.

På temadagen fik vi først og fremmest bekræftet, at den nye kredsstruktur er rigtig og vigtig. Rådgiver i lokal interessevaretagelse Maria Steno, der var inviteret på temadagen til at inspirere, sagde det klart og tydeligt: Vil man have indflydelse i regioner og kommuner, må man bygge rela-

Vi skal sammen finde en god arbejdsdeling, hvor sekretariat, bestyrelse og kredsbestyrelse i et tæt og godt samarbejde løfter den vigtige opgave, som den lokale interessevaretagelse er



Jesper Gulev Larsen,
formand for
Danmarks Apotekerforening

tioner lokalt. Kontakten til politikere og sundhedsprofessionelle i regioner og kommuner kan med andre ord ikke etableres fra Bredgade. Den skal skabes og dyrkes lokalt.

Det betyder naturligvis ikke, at kredsene alene skal varetage alle opgaver og dialoger. Vi skal sammen finde en god arbejdsdeling, hvor sekretariat, bestyrelse og kredsbestyrelse i et tæt og godt samarbejde løfter den vigtige opgave, som den lokale interessevaretagelse er.

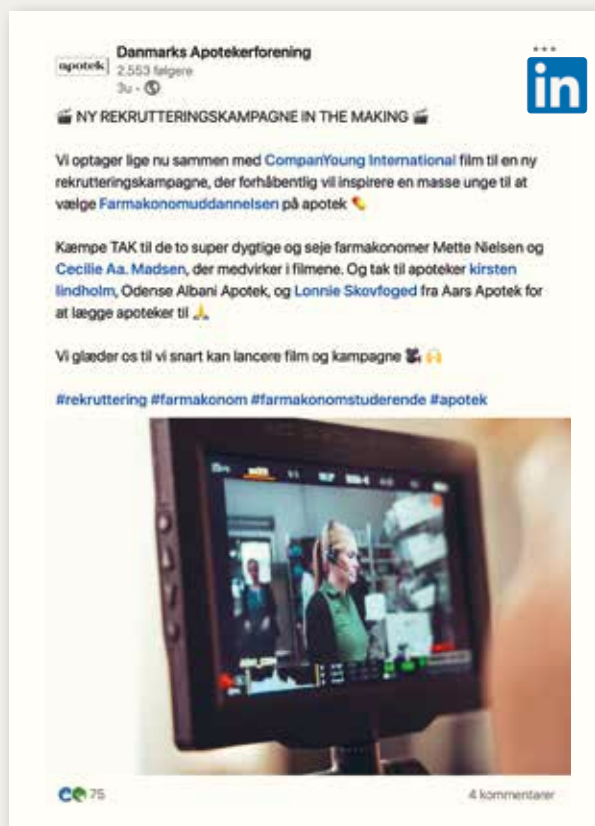
For der er ingen vej uden om. Hvis apotekernes viden, kompetencer og tilgængelighed skal nyttiggøres i det nære sundhedsvæsen til gavn for borgerne, må politikere, andre sundhedsprofessionelle og embedsmænd i regionerne kende sektoren og de muligheder, der er for opgaveløsning og samarbejde.

Vi er midt i en spændende proces, som tager tid og kræver dialog, koordination og forventningsafstemning. Vi er ikke i mål, men godt på vej. ●



171.726
personer

så dette opslag på Apoteket.dk's
Facebook-side og
1,4 tusind gav det et like.



Flere kræver nyt tilskudssystem

De 11 organisationer bag Alliancen mod Ulighed i Sundhed foreslår en abonnementsordning på medicin, der gør økonomisk udsatte borgere mindre følsomme for skift i medicin-tilskudsprocenten. Formand for Danmarks Apotekerforening siger til TV Avisen: "Så indbetaler man et fast beløb om måneden, og når året er gået, så gør man regnskabet op. Så skylder man enten nogle penge, eller man får nogle penge tilbage."

TV Avisen den 1. februar 2023

DR



Der er helt klart tale om ulighed.
Det er urimeligt over for borgerne,
når der nu er mulighed for at gøre
tingene på en anden måde

Jesper Gulev Larsen,

formand for Danmarks Apotekerforening
på dr.dk den 01.02.2023





Danskernes medicinforbrug stiger støt

Vi bruger mere og mere medicin herhjemme. I 2022 udleverede apotekerne over **3,6 milliarder døgndoser** medicin, hvilket er en stigning på 4 % i forhold til året før. Især medicin mod hjerte-kar-sygdomme topper listen.

DANSKERNES FORBRUG af medicin går kun én vej, og det er op. I gennemsnit brugte hver dansker 1,7 døgndoser medicin om dagen sidste år – og her er alle regnet med, unge som gamle. Især forbruget af medicin mod hjerte-kar-sygdomme, såsom forhøjet kolesterol og forhøjet blodtryk, fylder meget.

Alene kolesterolmedicinen atorvastatin blev der i 2022 indtaget 319 millioner døgndoser af. Det er 12 % mere end året før. Dermed var atorvastatin for sjette år i træk danskernes mest brugte medicin målt i

døgndoser.

Danskerne er i øvrigt stadig storforbrugere af svage smertestillende tabletter. I gennemsnit køber hver enkelt dansker, hvad der svarer til 183 paracetamoltabletter om året. Alene på apotekerne blev der i 2022 solgt knap 1 milliard tabletter med paracetamol (Panodil®, Pamol®, Pinex® mv.). Dertil kommer de cirka 100 millioner tabletter, der bliver solgt i kiosker og andre steder i detailhandlen. ●

Kilde: Danmarks Apotekerforening

Det hedder Akuttelefonen, ikke "jeg-har-glemt-at-forny-min-recept"-telefonen

NY KAMPAGNE

Ring kun til 1813 hvis det er AKUT

Mere end hvert tredje

opkald til Akuttelefonen 1813 er ikke akut. Det svarer til 300.000 opkald årligt til 1813 – og det er med til at skabe lange ventetider. Akutberedskabet i Region Hovedstaden lancerer derfor en kampagne, der skal minde borgerne om, hvornår det er relevant at ringe til Akuttelefonen 1813, og hvornår man kan søge information og hjælp andre steder.

"Borgerne ringer selvfølgelig kun til os, fordi de har brug for hjælp. Men vi har desværre begrænsede ressourcer i sundhedsvæsenet. Vores opgave er således at sørge for, at man nemt kan finde den rette hjælp. Nogle gange er hjælpen et godt råd, som man kan finde på 1813.dk, og andre gange er hjælpen en aftale med egen læge i lægens åbningstid," direktør i Region Hovedstadens Akutberedskab Jonas Egebart.

Adskillige af de ikke-akutte opkald handler om receptfornyelse – hvilket jo i en del tilfælde kan klares af en behandlerfarmaceut på apoteket.

Fortsat vækst i apotekernes sundhedsydelser

Rekordmange borgere fik sidste år hjælp til at tage deres medicin via en sundhedsydelse på et af landets apoteker. Der blev således gennemført **44.570 medicinsamtaler** med nydiagnosticerede kronikere mod 33.788 året før. Det er en stigning på 32 %.

Også compliancesamtalerne fik sidste år et stort nøk opad. 16.766 gange gennemførte et apotek den

samtale, der retter sig mod borgere, der har taget deres medicin i mere end et år og oplever udfordringer med at få taget medicinen efter forskrifterne. Det er en **stigning på 49 %** sammenlignet med året før.

Endelig er der igen gang i Tjek på inhalation-ydelserne, der i fjerde kvartal nåede op på niveauet før COVID-19.

KILDE: DANMARKS APOTEKERFORENING

32%
flere
medicinsamtaler

49%
flere
compliancesamtaler



Vi kan frigive ressourcer i sundhedssektoren, hvis vi har modet til se på tværs af faggrupper

Jesper Gulev Larsen,

formand i Apotekerforeningen, i debatindlæg bragt i Altinget Sundhed den 6. februar.

47.000.000

kundebesøg havde
de danske apoteker i 2021

Kilde: Danmarks Apotekerforening

Stormøde i Robusthedskommissionen

Apotekerforeningen var med, da aktører, organisationer og foreninger var samlet i Kolding til stormøde i Robusthedskommissionen den 26. januar. Kommissionens opgave er at komme med forslag til, hvordan der kan sikres flere medarbejdere og mere tid til kerneopgaven i sundhedsvæsenet.

Temaerne på mødet var blandt andet uddannelse, arbejdsmiljø, fastholdelse og opgaveløsning, og alle fik mulighed for at komme med input. Kommissionen skal

løbende komme med anbefalinger før afrapporteringen af de samlede anbefalinger ved udgangen af 2023.



Samtalepakker er også for erfarne apotekere

Også garvede apotekere har gavn af de samtalepakker, som lige nu tilbydes alle landets apotekere. Det oplever CRECEA, som gennemfører samtalerne, der skal føre til øget trivsel på apotekerne.

AF: ANNE-SOPHIE RØMER THOSTRUP

85 apotekere har indtil nu meldt sig til samtaleforløbet "Ledelse af trivsel", som Apotekerforeningen lige nu tilbyder alle medlemmer. Og det er ikke kun nyslåede apotekere, der har gavn af samtalerne. Også apotekere med både 10, 20 og 30 års erfaring går hjem med nye redskaber og perspektiver efter at have deltaget i forløbet. Det oplever Anna Mathiasen, der er vicedirektør i CRECEA.

"Vi har fået så meget positiv feedback på samtalerne. Ikke bare fra de yngre apotekere men også fra de erfarne apotekere, som har fået øjnene op for, at der er ting, som kan organiseres anderledes. Gennem samtalerne har de fået mulighed for at træde ud af den daglige drift og fået tid og ro til at reflektere over organiseringen og ledelsen af apoteket," siger hun.

Tilbuddet består af tre samtaler, hvor man får sparring til, hvordan man som leder kan skabe bedre trivsel på apoteket. Imellem samtalerne får man konkrete opgaver, som man skal tilbage på apoteket og arbejde med. Det er op til den enkelte, hvilke trivselsrelaterede emner, man gerne vil arbejde med.

"Der er både blevet talt om, hvordan man laver gode trivselssamtaler med sine medarbejdere, og hvordan man som leder håndterer samtaler om sygefravær, som kan være følsomme. Men vi taler også om, hvordan man som leder styrker sin egen trivsel, og hvor man kan få luftet de frustrationer eller udfordringer, man står med," fortæller Anna Mathiasen.

Organisatorisk ro

I den første samtale bliver der ofte talt om, hvordan ledelsen på apoteket ser ud – fx om man arbejder ud fra TRIO-modellen, hvor arbejdsmiljørepræsentanten, tillidsrepræsentanten og ledelsen samarbejder. Her bliver der også talt om, hvilken baggrund og hvilke kvaliteter, man som leder kan bringe i spil, og om man oplever nogle trivselsmæssige udfordringer.

"Vi taler ofte om, hvordan man som leder kan blive bedre til at uddelegere opgaver og ansvar. Og så taler vi om, hvordan man som leder har en overordnet opgave med at skabe organisatorisk ro på apoteket, så medarbejderne ved, hvem man skal henvende sig til, når man for eksempel skal tale om skema-planlægning, løn, afspadsring eller faglige spørgsmål," siger Anna Mathiasen.

Tilbuddet løber året ud. ●



Vi har fået så meget positiv feedback på samtalerne. Ikke bare fra de yngre apotekere men også fra de erfarne apotekere, som har fået øjnene op for, at der er ting, som kan organiseres anderledes

Anna Mathiasen,
vicedirektør, CRECEA



Ledelse af trivsel

Tilbuddet om samtalepakken "Ledelse af trivsel på apoteket" har kørt i ca. 5 måneder og fortsætter året ud.

Pakken består af tre samtaler. Til anden eller tredje samtale er det muligt at invitere ledende personale med, hvis man synes, det er relevant.

Man kan tilmelde sig via tilmeldingsblanketten, som man finder på medlemsnettet. Søg på "tilmeldingsblanket ledelse og trivsel". Her kan man også vælge, hvor i landet man ønsker at møde ind på et af CRECEA's kontorer.



Frigør potentialet i dit apotek

Den digitale forbruger er her.
Lad BD Rowa™ støtte dig i overgangen til den
digitale apoteksverden.

Fordelene ved automatisering er enorme.

- Brug tiden med kunden og ikke på at hente varen.
- Direkte statusoptælling, få en statusliste direkte fra robotten.

Og med BD Rowa™ er der mere endnu.
BD Rowa™ letter dine første skridt ind i den digitale verden med en
netværksportefølje af produkter: fra automatisering af medicinudlevering
til butiksudstillinger- og digitale skærme i butiksvinduet.

Becton Dickinson Denmark A/S
Lyskær 3EF, 1 sal
2730 Herlev
Denmark

Thomas Lacentra
Commercial Lead
MMS Rowa DRI
+45 2199 3860
thomas.lacentra@bd.com

bd.com/rowa

Vojens Apotek viser vejen:

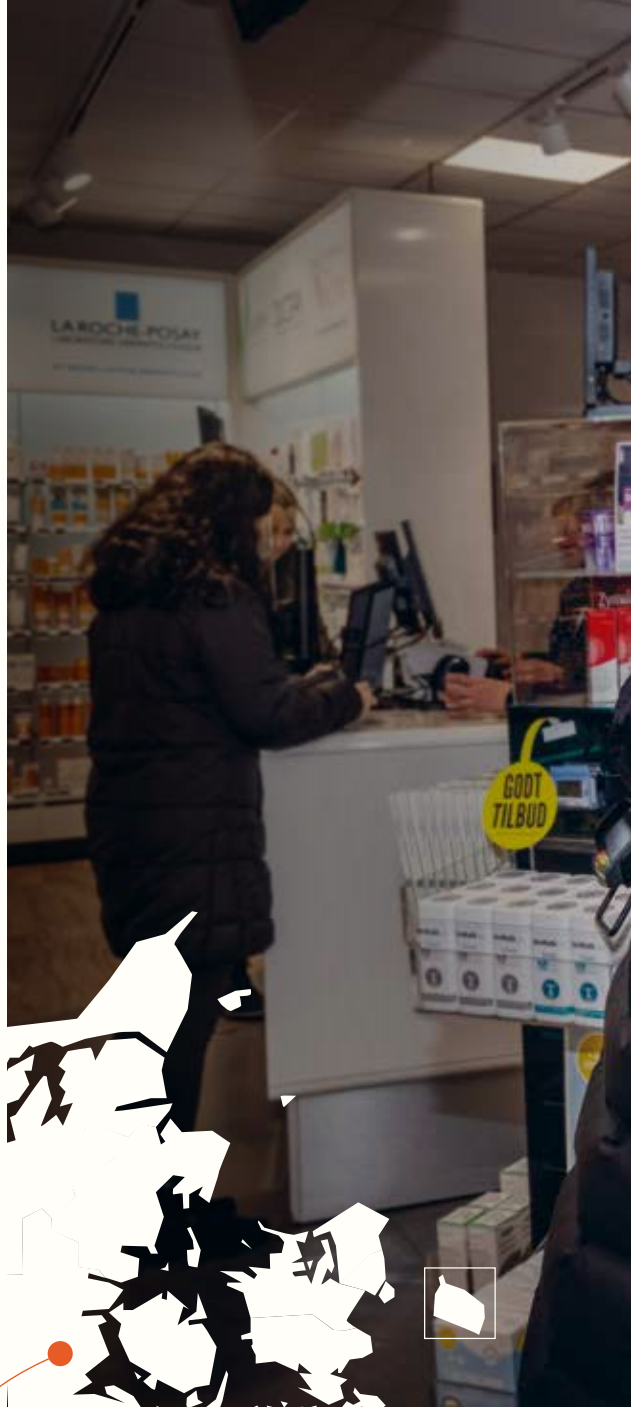
Dosispakket medicin er for alle

Normalt leveres dosispakket medicin primært til beboere med lav funktionsevne på plejehjem og i hjemmeplejen. Men på Vojens Apotek tænker de målgruppen for dosispakket medicin langt bredere. Det betyder, at **200** både yngre og ældre kunder får deres medicin pakket på apoteket og selv sørger for at få den hentet. Indsatsen giver kunderne tryghed, gør dem mere selvhjulpne og øger medicinsikkerheden.

AF KIM ANDREASEN

En mor til en 33-årig mand med blandt andet en AD-HD-diagnose kommer ind på apoteket. Hun skal hente medicin til sin søn. Her fortæller hun, at det altid er hende, der doserer sønnens medicin, for ellers får han ikke taget den rigtigt. Bag skranken står Stine Matthiesen, farmakonom og dosisansvarlig på Vojens Apotek.

"Jeg siger til moren, at det er godt, at hun hjælper sin søn med medicinen, men at hun skal vide, at apoteket faktisk kan hjælpe hende med at pakke medicinen, så hun ikke selv skal stå med ansvaret. Det er en mulighed, hun slet ikke har hørt om, men hun synes, det lyder godt, og så får vi sønnen på dosispakket medicin", fortæller Stine Matthiesen.



Jeg strittede imod, da apoteket foreslog mig dosispakning. Men hvor er jeg glad for det nu. Jeg vil hellere bruge min tid på noget andet end at dosere medicin.

Kunde, Vojens Apotek, i brugerundersøgelse



FOKUS PÅ DOSIS. Farmaceut Mette Gram-Hansen (th.) og farmakonom Stine Matthiesen benytter enhver lejlighed til at informere kunderne i skranken om muligheden for at få dosispakket deres medicin. Tilfredsheden med ordningen er overvældende, viser den undersøgelse, de har gennemført.

Bredere målgruppe

Historien er et godt eksempel på, hvordan apoteket i Vojens igennem flere år har arbejdet målrettet med at udvide målgruppen for dosispakket medicin til ikke bare at omfatte ældre borgere i hjemmeplejen eller på plejehjem, men også både yngre mennesker og mere selvhjulpne ældre, som bor i eget hjem, og som også skal have tilbuddet.

“Dagligt henleder vi ved skranken opmærksomheden på muligheden, hvis vi kan se, at det kunne være en fordel for den kunde, vi står med. Kriterierne for, hvornår vi foreslår det,

er ikke håndfaste. Det er naturligvis oplagt, når man tager meget forskellig medicin, men det er ikke sådan, at man skal tage et bestemt antal præparater eller være over en bestemt alder, for at vi tilbyder dosispakning. Vi gør det, når vi fornemmer, at kunden har problemer med at finde rundt i navnene på medicinen, har svært ved at håndtere blisterpakninger, ofte glemmer at få fornyet recepten, og i det hele taget har udfordringer med håndteringen af medicinen”, siger Stine Matthiesen.

Den særlige indsats betyder, at Vojens Apotek nu har 200 borgere i alle aldre, der får dosispakket medicin, som de selv



KONTROL. Når apoteket modtager en dosisrulle foretages en kontrol for at sikre, at indholdet i rullen er i orden, før den udleveres til borgeren.

- > eller deres pårørende henter på apoteket. De udgør hele 60 % af det samlede antal dosiskunder på apoteket. Det er en usædvanlig høj andel sammenlignet med landets øvrige apoteker, hvor dosispakket medicin typisk leveres via hjemmeplejen eller et plejehjem. Kun 16 % af de 200 selvhentende kunder har hjælp til medicinhandling fra hjemmeplejen. Resten klarer det selv - eventuelt med støtte fra pårørende.

Nemt og overskueligt

I sommer satte farmaceut Mette Gram-Hansen og farmakonom Stine Matthiesen sig for at undersøge, hvad de kunder, der afhenter den dosispakke medicin, mener om ordningen, og hvad de får ud af den.

I forbindelse med udlevering af dosisrullen i skranken var hele personalet med til at indsamle data. Næsten alle 200 kunder var repræsenteret i undersøgelsen, og der kom mange kommentarer, som med Mette Gram-Hansens ord var nærmest overvældende positive.



Er meget glad for dosisordning. Jeg er tryk ved, at min mor på 84 år får medicinen taget rigtigt

Kunde, Vojens Apotek, i brugerundersøgelse



Min mand på 94 år får dosispakket sin medicin, og jeg hjælper ham - hjemmehjælperen har så travlt. Jeg overvejer også selv at få pakket. Det er så svært at få fat på lægen

Kunde, Vojens Apotek, i brugerundersøgelse

Hun sætter nogle overskrifter på de mange tilbagemeldinger.

"Kunderne synes, det er nemt og overskueligt, de føler sig trygge, og så får dosispakningen dem til at føle sig mere selvhjulpne," fortæller Mette Gram-Hansen.

40 % af dosisrullerne bliver afhentet af fx pårørende, venner eller naboer. Her er det dem, der henter, som har svaret.

"For dem er det trygheden, der fylder. Særligt hvis de hjælper deres pårørende med doseringen, er det en lettelse ikke at skulle tage ansvar for, at det er korrekt doseret", siger Mette Gram-Hansen.

Hun peger på, at prisen for at få pakket sin medicin ifølge tilfredshedsundersøgelsen ikke er noget, der fylder hos kunderne.

"Ingen i undersøgelsen har nævnt prisen. Mange, der ikke kender ordningen, går rundt og tror, at dosispakket medicin er dyrt. Men fakta er, at prisen på pakningen indgår i tilskudssystemet. Vores tommelfingerregel er, at det koster 1 krone om dagen. Og har kunden også helbredstillæg, koster det cirka 1 krone om ugen", siger Mette Gram-Hansen.

Tættere på kunderne

Det er ikke kun kunderne, der har stor gavn af dosispakket medicin. Også apoteket har fordele af ordningen.

"Efter at håndteringen af dosispakket medicin er blevet koblet op på det Fælles Medicinkort (FMK) kan vi pakke direkte ud fra de data, som lægen har angivet. Det øger patientsikkerheden, at apoteket kan pakke direkte fra lægens data. Og så giver dosispakningen kunden langt bedre forudsætninger for at tage medicinen korrekt", siger Mette Gram-Hansen.

Stine Matthiesen supplerer sin kollega:

"Vi kommer også tættere på vores kunder og lærer dem bedre at kende. Det giver os større mulighed for at hjælpe og rådgive dem, og det er nemmere at opdage fejl", siger hun.

Stort potentiale

Fordi man på Vojens Apotek igennem mange år har arbejdet med dosispakket medicin til kunderne, er der mange, der kender til muligheden og fx har en i deres omgangskreds, som får pakket medicinen og dermed slipper for at tænke på recepter og svære præparatnavne, forklarer Stine Matthiesen.

"Men mange andre steder har kunderne givetvis ikke et stort kendskab til ordningen, som så naturligt nok heller ikke bliver brugt så meget," siger hun.

Både Mette Gram-Hansen og Stine Matthiesen mener derfor, at der er et stort potentiale i at få flere kunder over på dosispakket medicin, som de selv sørger for at få hentet på apoteket.

"Vi synes, at vi må have en målsætning om, at alle kunder skal tilbydes dosispakning, når det er relevant. Det vil kræve, at vi får gjort flere kunder opmærksomme på, at ordningen eksisterer, og det forudsætter også, at apotekspersonalet får mere viden om ordningen, og at den rent faktisk kan bruges af alle. Man behøver ikke at være gammel eller bo på et plejehjem" siger de to kolleger samstemmende.

Dosispakket medicin er emnet for apotekernes sundhedsfaglige kampagne i maj. Kampagnen skal give borgere og pårørende kendskab til dosispakket medicin. ●

“Det mest værdifulde er den tid, jeg har fået forærende”

Inger Krog Hansen 81 år
Har været på dosispakket medicin i tre år



EN AF DE KUNDER, der får pakket sin medicin på Vojens Apotek, og selv henter den på apoteket hver 14. dag, er 81-årige Inger Krog Hansen.

Hun og hendes nu afdøde mand kom begge på dosispakket medicin for godt tre år siden. Indtil da havde Inger Krog Hansen selv sørget for at dosere og forny recepter for dem begge.

“Det var et stort arbejde. Min mand havde svær sklerose og dermed flere alvorlige følgesygdomme. Selv tager jeg hjerte- og astmamedicin og får også et præparat for tarmbetændelse”, fortæller Inger Krog Hansen.

En dag foreslog apoteket, om ikke dosispakket medicin kunne være noget for Inger Krog Hansen.

“Først tænkte jeg, at nej, så gammel er jeg da ikke endnu. Selv om der var mange recepter og meget medicin at holde styr på, følte jeg, at det både kunne og skulle jeg klare. Det der

med dosispakning var først noget, man kom på, når man ikke kunne overskue det længere”, siger Inger Krog Hansen.

Alligevel fik apoteket overtalt Inger Krog Hansen til at prøve dosispakket medicin, og ordningen blev sat i gang. Hun har ikke fortrudt et eneste øjeblik.

“Det er en stor lettelse. Nu er jeg fri for at tænke på at forny recepterne hele tiden, og jeg er sikker på, at det altid er det rigtige, jeg får i de rigtige mængder. Men det mest værdifulde er dog den tid, jeg har fået forærende. Det er sjovere ting at bruge sin tid på end at dosere medicin”, siger Inger Krog Hansen, som, efter at hendes mand gik bort for godt er år siden, er fortsat med at få pakket sin medicin på Vojens Apotek.

Hun tøver da heller ikke med at opfordre andre til at tage imod tilbuddet.

“Jeg har en svigerinde, som også får meget medicin. Der sker godt nok en del udskiftning i hendes medicin, og derfor mener hun ikke selv, at hun kan komme på dosispakke-ordningen, men det kan hun godt, og jeg vil blive ved med at sige til hende, at det er en god idé, siger Inger Krog Hansen. ●

“Nu er jeg sikker på, at alt er doseret korrekt”

Torbjørn Pedersen 46 år
Har været på dosispakket medicin i knap fem år



AT MÅLGRUPPEN for dosispakket medicin ikke bare er ældre og svækkede borgere, er 46-årige Torbjørn Pedersen fra Vojens et godt eksempel på. Han har i snart fem år fået pakket den medicin, han får for blandt andet diabetes og forhøjet blodtryk på Vojens Apotek.

“Før sad jeg selv og pakkede min medicin i æsker til 14 dage ad gangen. Det tog lang tid, og jeg kunne også lave fejl eller glemme at tage en tablet. Jeg kendte ikke til ordningen med dosispakket medicin, men min kæreste, som er i hjemmeplejen, gjorde mig opmærksom på muligheden”, fortæller Torbjørn Pedersen.

Han gik på apoteket, fik sin læge med på det, og kom hurtigt i gang. Og det har han ikke fortrudt.

“Det er så meget lettere at have med at gøre. Og selv om der nogle gange sker ændringer i min medicin, så kan det også sagtens fungere. Nu er jeg sikker på, at alt er doseret korrekt, og man får også kun den medicin, man skal bruge. Sørger man selv for sin medicin, skal man jo nogle gange købe en pakke med 100 tabletter, selv om man kun har brug for halvdelen”, siger Torbjørn Pedersen.

Han mener, at alle, der får mere end to slags medicin, bør komme på dosispakning.

“Min far får stadig sin medicin på den gammeldags måde, hvor min mor pakker den til ham. Jeg har sagt mange gange til dem, at de skulle få det dosispakket”. ●

Kombinations- behandling øger chancerne for rygestop

Cirka 70-90 % af rygerne siger, at abstinenssymptomer og trang er årsagen til, at de ikke er i stand til at holde op med at ryge. Nikotinerstatningsterapi (NRT) kan hjælpe med at lindre fysiske abstinenssymptomer¹.

Nicotinell Medicinsk Tyggegummi fås med mint-, frugt-, icemint, spearmint og lakridssmag i 2 mg og 4 mg

Nicotinell 24-timers plaster fås i tre styrker; 7 mg, 14 mg og 21 mg

Nicotinell Sugetabletter fås med en frisk mint smag i 1 mg og 2 mg



1. Everyday Health. Nicotine Withdrawal: How to Cope. <https://www.everydayhealth.com/quit-smoking/guide/nicotine/withdrawal/>. Accessed on 04 September 2019.

Læs mere om Nicotinell og vores andre produkter på haleonpro.dk

HALEON PRO



Nicotinell (nikotin), depotplaster (pl), tyggegummi (tg) og sugetabletter (st). **Indikation:** (pl): Hjælpe middel i forbindelse med tobaksafvænning. (tg): Til behandling af tobaksafhængighed ved at lette nikotintrang og nikotinabstinens og derved fremme rygestop hos rygere, som er motiveret til at stoppe med at ryge eller til at fremme en rygereduktion hos rygere, som ikke kan eller er uvilleg til at stoppe. (st): Behandling af tobaksafhængighed ved at lindre abstinenssymptomer herunder nikotintrang, og derved gøre tobaksafvænning nemmere eller til midlertidig rygereduktion hos rygere, der er motiverede til rygestop. ***Doser:** (pl): Dosis bør vælges ud fra brugerens nikotinafhængighed. Behandlingstiden er individuel og brugerne skal stoppe rygning helt under behandlingen. Frigiver nikotin gennem hele døgnet og påsættes ren, tør, ubehåret og ubeskadiget hud. Plastrer må ikke appliceres på et hudområde der er rødt, beskadiget eller irriteret. For at undgå lokal irritation af huden bør brugen af samme hudområde undgås for mindst 7 dage. 24 timers anvendelse anbefales for at undgå rygetrang om morgenen, men hvis ønsket kan plastrer tages af ved sengetid. Bør ikke anvendes i mere end 12 måneder uden lægens anbefaling. Det anbefales at søge rådgivning fra læge eller apotekspersonalet. (tg): Dosis bør vælges ud fra brugerens nikotinafhængighed, dog højst 15 stk. a 4 mg pr. dag eller 24 stk. a 2 mg pr. dag. Behandlingstiden er individuel. Brug ud over 1 år anbefales ikke. Det anbefales at søge rådgivning fra læge eller på apoteket. Frigiver nikotin ved tygning, hvorfor korrekt tyggeteknik er vigtig. (st): Dosis bør vælges ud fra brugerens nikotinafhængighed, dog er den maksimale daglige dosis (1mg) 24 stk. (2mg) 15 stk. Behandlingstiden er individuel. Det anbefales at søge rådgivning fra læge eller på apoteket. Frigiver nikotin ved sugning, hvorfor korrekt sugeteknik er vigtig. ***Interaktioner:** Rygestop kan kræve justering af visse lægemidler. ***Forsigtighedsregler:** Må ikke anvendes ved overfølsomhed over for en af indholdsstofferne. Bør ikke anvendes af børn under 18 år samt under graviditet og amning uden lægens anvisning. Forsigtighed udvises hos patienter, der for nyligt har haft hjerteanfald, slagtilfælde, hjertesvigt, hjertestop, hjertesygdomme, for højt blodtryk, sukkersyge, overaktiv skjoldbruskkirtel, overaktive binyrer, har alvorligt svækket nyre- og/eller leverfunktion, krampeanfald eller mavesår, sår på tolvfingertarmen, betændelse i mund eller svælg, et betændt spiserør eller mavesmerter. (tg): Indeholder sorbitol (E420) og bør derfor ikke anvendes til patienter med arvelig fruktoseintolerance. Gum-basen indeholder butylhydroxytoluen (E321), der kan forårsage lokalirritation af slimhinderne. (pl): Forsigtighed udvises hos patienter med kraftig rødme, kløe, udslett eller hævelse dér, hvor plastrer har siddet samt hos patienter der har oplevet krampeanfald. (st): Indeholder aspartam og må ikke anvendes til patienter med phenylketonouri (Følings sygdom). Indeholder maltitol (E965) og bør ikke anvendes til patienter med arvelig fruktoseintolerans. Maltitol kan give en mild, laksativ virkning. ***Graviditet og amning:** Må ikke anvendes uden lægens anvisning. Fordele og risici bør opvejes. **Bivirkninger:** Blistre i mundslimhinden kan forekomme i forbindelse med rygestop, men sammenhængen med nikotin er uklar. (pl): Meget almindelige: Søvnløshed** inklusiv mareridt** og insomni**, hovedpine**, svimmelhed**, kvalme**, opkastning**, reaktioner på applikationsstedet**. Almindelige: Nervøsitet**, tremor**, palpitationer, dyspnø, pharyngitis, hoste, abdominalsmerter**, dyspepsi**, obstipation**, diarré**, mundtørhed**, hyperhidrose, myalgi, artralgi, smerter på applikationsstedet, asteniske tilstande, træthed. Øvrige bivirkninger: Se produktresumé. Symptomerne markeret med ** kan også tilskrives abstinenssymptomer og for lav tilførsel af nikotin. (tg) og (st): Almindelige: Hovedpine, svimmelhed, mave-tarmgener, let irritation eller smerte i mund eller svælg, betændelse i mundslimhinden. Visse symptomer kan skyldes abstinenssymptomer og for lav tilførsel af nikotin. Øvrige bivirkninger: Se produktresumé. ***Overdosering:** Symptomer, der ligner dem, der forekommer ved overdreven rygning kan forekomme. **Pakninger:** (pl): 7 mg/24 timer, 14 mg/24 timer og 21 mg/24 timer: 7 og 21 stk. (tg): Spearmint: 2 og 4 mg: 24 og 204 stk. IceMint: 2 og 4 mg: 24 og 204 stk. Lakrids: 2 og 4 mg: 24 og 204 stk. Mint: 2 og 4 mg: 24 og 204 stk. Fruit: 2 mg: 24 og 204 stk; 4 mg: 204 stk. (st): Mint: 1 og 2 mg: 36 og 204 stk. **Udlevering:** HF, GlaxoSmithKline Consumer Healthcare ApS er indehaver af markedsføringstilladelsen. Trademarks owned or licensed by GSK. ©2022 GSK or licensor. Bivirkninger, både kendte og nyopdagede, bedes indberettet hurtigst muligt til Lægemiddelstyrelsen (www.meldenbivirkning.dk) eller GlaxoSmithKline (dk. info@gsk.com). De med (*) markerede afsnit er omskrevet og/eller forkortede i forhold til Lægemiddelstyrelsens godkendte produktresumé, som vederlagsfrit kan rekvireres fra GlaxoSmithKline Consumer Healthcare ApS via scanda.consumer-relations@gsk.com eller telefon 80 25 16 27. **Materialet er anmeldt til ENLI.**

Nicotinell

PM-DK-NICOT-23-00004

AMBASSADØRER. Farmaceut Trine Boje Christensen (tv.) og hendes kollega farmakonom Mette Laugesen Nielsen, begge fra Aars Apotek, håber at de kan inspirere andre til en karriere på apotek.



Nye rollemodeller skal rekruttere medarbejdere til apotekerne

Alt for få kender til muligheden for at uddanne sig til farmakonom på apoteket, mener to af de farmakonomer, der medvirker i apotekernes rekrutteringskampagne. Det håber de, at kampagnen kan være med til at lave om på.

AF: TRINE GANER

Rekruttingen af kommende farmakonomstuderende er i fuld gang på landets apoteker. Og selv om mange kontrakter allerede er underskrevet, er der et stykke vej igen, til at de 290 pladser på farmakonomuddannelsen med studiestart til september er besat. Til at hjælpe apotekerne i mål med indsatsen kører lige nu en digital kampagne, der skal udbrede kendskabet til farmakonomuddannelsen og til apoteket som arbejdsplads og uddannelsessted.

Kampagnen tager udgangspunkt i hjemmesiden Apotekskarriere.dk og er båret af rollemodeller fra sektoren, der, ud over at være ansigterne på billeder og film, på skift deler ud af deres hverdag på apoteket på Instagram og Facebook.

To af dem er farmakonomerne Mette Laugesen Nielsen fra Aars Apotek og Cecilie Aagaard Madsen fra Odense Albani Apotek. Når de har sagt ja til at være med, er det for at sætte fokus på farmakonomfaget og arbejdet på apotek. Alt for få kender nemlig til uddannelsen, oplever de begge.

"Jeg vil gerne være med til at øge kendskabet til, hvad vi farmakonomer laver, og hvem vi er. Jeg ville ønske, jeg selv havde vidst, at farmakonomuddannelsen fandtes, da jeg var færdig i gymnasiet," siger Mette Laugesen Nielsen. >

Materialer til lokal markedsføring

På medlemsnettet findes en pakke materialer, som apoteket kan bruge til at synliggøre deres ledige studiepladser som farmakonom.

Her ligger blandt andet indhold til sociale medier, annoncer til lokalavisen og et radiospot, der kan indrykkes i lokalradioen.

Hvis apoteket har spørgsmål eller brug for hjælp i forbindelse med materialerne, kan kommunikationskonsulent Caroline Brun kontaktes på cab@apotekerforeningen.dk.



> Dele glæde ved faget

Det genkender Cecilie Aagaard Madsen, der gerne vil dele sin glæde ved farmakonomfaget og derigennem måske inspirere andre.

"Jeg har altid interesseret mig for medicin og for kroppen. Som farmakonom får jeg mulighed for at beskæftige mig med begge dele og for at bruge min viden til at hjælpe mennesker hver dag," siger Cecilie Aagaard Madsen.

"Mange er slet ikke klar over, at vi, der arbejder på apoteket, har en uddannelse og en faglighed. Vi arbejder jo ikke bare i en butik. Vi ved faktisk, hvad vi har mellem hænderne, og vi bruger vores viden til at hjælpe og rådgive folk," siger hun.

Et livskald

Kampagnen afspejler den akutte mangel på farmakonomer på landets apoteker, og fokus er derfor især på rekruttering af farmakonomer – særligt i disse måneder, hvor der skal tiltrækkes nye studenter til uddannelsen. Men farmaceuterne er også en del af Apotekskarriere-universet, der lever hele året. En af dem er Trine Boje Christensen. Hun har meldt sig som rollemodel, fordi hun elsker sit arbejde på apoteket.

"Jeg er en del af en fantastisk sektor, der er i kontant udvikling. Som farmaceut på apoteket skal man have en høj faglighed. Men det er ikke nok. Man skal også være i stand til at omsætte sin viden, så det giver mening for kunderne. Det synes jeg er en super spændende udfordring," siger Trine Boje Christensen.

Hun vidste allerede tidligt i sit farmaceutstudie, at hun ville arbejde på apotek. Det er i det konkrete møde med borgerne, hun synes, at hun kan gøre den største forskel. Hun håber at kunne inspirere andre, der måske har det som hende – men bare ikke ved det endnu.

"For mig er mit arbejde et livskald. Jeg vil gerne inspirere andre, der måske kan få det på samme måde. Der er mangel på hænder i sektoren, og det bliver ikke bedre i fremtiden. Vi skal melde os på banen, så folk kender til muligheden for at arbejde på apotek," siger Trine Boje Christensen. ●



Følg med på Instagram og Facebook

Kampagnens rollemodeller skiftes til at dele indhold fra deres hverdag på apoteket på profilen Apotekskarriere, der findes på Instagram og Facebook.

Følg med og spred indholdet ved at dele og like.



Rollemodeller søges!

Er du farmakonom, farmakonomstuderende eller farmaceut på apoteket? Og vil du være med til at fortælle om din hverdag på sociale medier – og dermed måske rekruttere din fremtidige kollega til sektoren? Så kan du blive en del af det hold af rollemodeller, der deler indhold fra deres hverdag på profilen Apotekskarriere på Instagram og Facebook.

Hvad indebærer det?

Som rollemodel skal du med nogle ugers mellemrum dele et antal opslag fra din hverdag på apoteket. Opslagene skal give udenforstående et indblik i, hvad det vil sige at arbejde eller være under uddannelse på apotek.

Du får hjælp til at komme i gang af en konsulent hos bureauet CompanYoung, som giver tips og tricks til det gode opslag.

Med mellemrum mødes du – typisk online – med konsulenten og de andre rollemodeller og får feedback og planlægger kommende opslag.

Nysgerrig? Skriv til post@apoteket.dk.

6 tips

Styrk apotekets digitale rekrutteringsindsats

Tænk alle apotekets digitale kommunikationskanaler ind, når der skal rekrutteres farmakonomstuderende og medarbejdere generelt. Er der for eksempel lagt et stillingsopslag på jobportalen på Apotekskarriere.dk, er det vigtigt, at en potentiel kandidat kan genfinde det på apotekets egen hjemmeside. Så husk at komme hele vejen rundt.

1 Læg altid stillingsopslag på apotekets hjemmeside

Den digitale rekrutteringsindsats starter på apotekets hjemmeside. Husk altid at lægge stillingsopslag på jeres egen hjemmeside.

2 Annoncer på jobportalen på Apotekskarriere.dk

Apoteker kan annoncere ledige studiepladser til farmakonomstuderende på jobportalen på Apotekskarriere.dk uden beregning. Prisen for visningen af øvrige opslag er 2.999 kr. ex. moms.

3 Del stillingsopslag på sociale medier

Del stillingsopslaget på apotekets Facebook-, Instagram- og LinkedIn-profiler.

4 Del fra personlige profiler

Opfordr kollegaerne på apoteket til at dele stillingsopslaget på deres personlige profiler – gerne med en lille personlig anbefaling af apoteket som arbejdsplads. Det er guld værd. Algoritmerne på sociale medier favoriserer indhold fra personlige profiler fremfor virksomhedsprofiler.

5 Annoncer på sociale medier

Skal apotekets opslag på Facebook bredere ud, er det en overvejelse værd at oprette en annonce. Beløbet bestemmer man selv, og opslaget kan målrettes blandt andet geografisk, så man kommer ud til den rette målgruppe lokalt. Der findes brugbare guides til annoncering på Facebook og Instagram på nettet.

6 Vis apoteket som arbejdsplads

Vis potentielle kandidater, hvad apoteket er for en arbejdsplads på hjemmeside og på sociale medier. Hvad er det for et fællesskab, man bliver en del af? Hvad er apotekets værdigrundlag? Hvem er de kommende kollegaer? Det kan gøres i opslag på sociale medier og på apotekets hjemmeside. Apotekerforeningen er i øvrigt netop nu i dialog med kæderne om at stille indhold til rådighed til apotekernes egne hjemmesider, som hjælper rekrutteringsindsatsen.

Hvis appetitten og vægten svigter, kan Resource® støtte

– Hvilken er din favoritsmag?



Resource® 2.0+fibre udvider familien med et praktisk startkit med alle de 7 gode smagsvarianter, som vi har på markedet i dag. Så kan dine kunder smage sig frem til sine favoritter.

Resource® 2.0+fibre er en ernæringsmæssigt fuldgyltig og energirig ernæringsdrik med protein og præbiotiske kostfibre. Fremstillet specielt for at imødekomme forhøjet energi- og proteinbehov hos patienter med, eller med risiko for, underernæring.

RESOURCE® 2.0+fibre er en fødevarer til særlige medicinske formål. Skal anvendes under lægelig overvågning. Beregnet til ernæringsmæssig håndtering af patienter med underernæring eller i ernæringsmæssig risiko.

Information til
sundhedsfagligt personale
www.nestlehealthscience.dk



#innovationforpeople

Din

tid til andre
opgaver.

TRÆD IND I
EN VERDEN AF
AUTOMATISERING.

BD, the BD Logo, BD Rowa and BD Rowa Vmax are trademarks of Becton, Dickinson and Company or its affiliates.
© 2023 BD. All rights reserved. BD-82515



BD Rowa™

#innovationforpeople



Tak til de 12.000 apoteker der har
valgt en Rowa robot. En tillid der
forpligter og som vi tager alvorligt.

NYSGERRIG?



Thomas Lacentra

Commercial Lead
MMS Rowa DRI

+45 2199 3860

thomas.lacentra@bd.com



BD Rowa™

Sundhedsfaglig kampagne

Sådan **hjælper**
apoteket bedst
borgere med
svær overvægt

Ny sundhedsfaglig kampagne klæder apotekerne på til det respektfulde og empatiske møde med mennesker med svær overvægt.

AF: TRINE GANER

Apoteket er et sted, hvor borgere, der lever med svær overvægt trykt kan henvende sig uden at blive stigmatiseret. Det skal den sundhedsfaglige kampagne, som i den kommende tid kører på landets apoteker, skabe fokus på.

For hvordan vil mennesker med svær overvægt gerne mødes, når de kommer på apoteket? Og hvordan tilbyder man hjælp og rådgivning uden at stigmatisere og overskride grænser?

De spørgsmål findes der ingen enkle svar på, for mennesker med svær overvægt er lige så forskellige som alle andre. Derfor handler det først og fremmest om viden og empati hos apotekspersonalet. Og det er netop, hvad de materialer, som er udarbejdet i samarbejde med Adipositasforeningen, skal bidrage til. Det fortæller sundhedsfaglig direktør i Apotekerforeningen, Birthe Søndergaard.

"Kampagnen skal ruste apotekspersonalet til at tage dialogen med borgere,

som lever med svær overvægt, og som ønsker at tale med apoteket om det. Det kræver ikke mindst viden om og forståelse for, hvordan det er at leve med svær overvægt," siger Birthe Søndergaard.

Oplagt sted at sætte ind

I mødet med sundhedsvæsenet oplever personer med svær overvægt ofte, at der ikke bliver taget fat i, hvorfor overvægten er opstået, og hvad der reelt skal til for at afhjælpe den. I stedet bliver vægttab omtalt som det, der skal til for at løse helbredsmæssige udfordringer. Og det er ofte ikke det, som mennesker med svær overvægt har brug for. Tværtimod kan det opleves som ydmygende og føre til, at de undlader at opsøge sundhedsvæsenet.

Netop derfor er apoteket, ifølge Birthe Søndergaard, et oplagt sted at sætte ind.

"Hvert år er 94 % af alle voksne danskere i kontakt med apoteket. Det gør apoteket til et oplagt sted at komme i dialog med borgerne om bredere budskaber," siger Birthe Søndergaard.

Kampagnen består blandt andet af materialer til kunderummet, morgenmødematerialer, optagelser og filmklip, hvor blandt andre Ole, der lever med svær overvægt, fortæller, hvordan han gerne vil mødes af apoteket. ●

Læs i øvrigt artiklen side 24 om, hvorfor vi stigmatiserer mennesker med overvægt.



Man bliver ikke svært overvægtig for sjov. Man når ikke dertil, fordi man er glad for sovs og spiser to portioner aftensmad. Der er nogle andre dynamikker bagved [...] Mad er noget skamfuldt, og jeg har brugt det så meget som en mestringsstrategi, at jeg ikke mærker sult på samme måde som før



Maibritt Schmidt,
Adipositasforeningen

Generalforsamling og Apotekerkonference 2023

Årets generalforsamling afholdes den **10. maj**, og Apotekerkonferencen afholdes den **10.-11. maj**.

Det sker på **Comwell Copenhagen**
Portside, Alexandriagade 1,
2150 København.

apotek



Vitabalans

Forsker:

Derfor **stigmatiserer** vi mennesker med overvægt

Borgere med svær overvægt diskrimineres ofte på grund af deres vægt. I anledning af den kommende sundhedsfaglige kampagne om svær overvægt har Farmaci bedt en forsker fra Nationalt Center for Overvægt gå et spadestik dybere i forsøget på at forstå, hvorfor vi stigmatiserer mennesker med overvægt.

AF: STINE FABRICIUS

 ret har gjort ondt et stykke tid. Det bekymrer dig, og du har fået en tid hos din læge. Efter at have siddet lidt i venteværelset bliver du kaldt ind og regner med, at lægen nu vil undersøge dit øre. Det sker imidlertid ikke. I stedet bliver du mødt med en kommentar om din vægt og spurgt til dine motionsvaner. Du fortæller, at du cykler, men får at vide, det ikke er nok.

Lyder det som et usandsynligt scenarie, skal man bare gå ind på Nationalt Center for Overvægts hjemmeside og læse de mange beretninger fra mennesker med overvægt, der fortæller, hvordan de bliver mødt af medmennesker, sundhedsvæsen og samfund som helhed.

De mange beretninger bakkes op af et engelsk studie, der viser, at op mod 9 ud af 10 mennesker, der lever med overvægt, oplever at blive stigmatiseret. Det er især kvinder og unge voksne, der føler, de bliver stigmatiseret på grund af deres vægt. Samtidig viser studier også, at jo højere vægt, jo større grad af stigmatisering.

Idealet om den slanke krop

Når vi stigmatiserer mennesker med overvægt, hænger det blandt andet sammen med et ideal om den slanke krop, som har flere tusind år på bagen. Det fortæller Pernille Andreassen, der er antropolog og forsker på Nationalt Center for Overvægt.

"Går vi tilbage til de gamle grækere, kan vi se, at de dyrkede den slanke, atletiske krop. Samtidig beskriver de syv dødsynder fra Biblen blandt andet, at man ikke må være grådig eller doven. Det går igen i rigtig mange vestlige værdier, at vi skal have kontrol over os selv, og overvægt bliver dermed et symbol på det modsatte, fordi vægten anses for at være noget, vi helt selv kan styre", siger Pernille Andreassen.

Ud over, at en slank krop forbindes med evnen til selvkontrol, sættes der, ifølge Pernille Andreassen, også lighedstegn mellem slank og sund. Slank forbindes altså med selvkontrol og sundhed, mens tyk bliver lig med at være usund og grim.

"Vi forbinder vores vægt med sundhed, og det er en nærmest uangribelig værdi i vores samfund, hvor det - uanset hvad - er vigtigt, at man er sund og tænker på sin sundhed. Helt unuanceret kæder vi normalvægt sammen med det, at være sund, og overvægt sammen med det modsatte, selv om det langt fra er så enkelt. Når vi så samtidig dyrker den slanke og atletiske krop i vores skønhedsideal, bliver det på mange måder 'The Perfect Storm', hvor rigtig mange faktorer bidrager til, at overvægt bliver en meget stigmatiseret tilstand," siger Pernille Andreassen.

Sundhedsprofessionelle bidrager

Spørger man Pernille Andreassen om, hvor stigmatiseringen sker, er svaret helt kort: "Overalt." Også i sundhedsvæsenet. Knap halvdelen af de sundhedsprofessionelle, der medvirker i et europæisk studie, siger, at de har oplevet andre sundhedsprofessionelle diskriminere patienter på grund af svær overvægt. Det sker for eksempel, når sundhedsprofessionelle tilskriver vægten alle helbreds-mæssige udfordringer og over for patienten understreger vigtigheden af vægttab.

Og det er ikke bare ubehageligt for den, der udsættes for det. Det har konsekvenser for sundheden - blandt andet fordi fryg-

Hvad er vægtstigma?

Stigma opstår, når menneskelige forskelle bliver udvalgt som særligt betydningsfulde og forbindes med stereotype opfattelser. Det betyder, at når kropsvægt og -størrelse bliver forbundet med negative holdninger, følelser og adfærd, opstår der vægtstigmatisering.

Vægtstigma er negative holdninger og handlinger rettet mod personer med overvægt, for eksempel stereotype opfattelser af, at mennesker med overvægt er dovne, mangler viljestyrke eller er umotiverede til at tage vare på deres sundhed. Sådanne fordomme kan føre til eksklusion og diskrimination af personer med overvægt.

Kilde: Pernille Andreassen, antropolog og seniorforsker på Nationalt Center For Overvægt

4ting

du som
sundhedsprofessionel
kan gøre

1 Viden

Hav viden om, at overvægt er komplekst og ikke bare kan simplificeres til for meget mad og for lidt motion. Vi-
den får taget skylden og ansvaret væk fra den enkelte.

2 Fordomme

Tag et temperaturtjek på egne fordomme. Hvad er for eksempel det første du ser, når en borger kommer ind på apoteket; er det vægten eller mennesket?

3 Sprog

Tænk over, hvordan du taler til og om mennesker med overvægt. Der er stor forskel på at sige 'en overvægtig person' og 'en person med overvægt'. For hvad kommer først: vægten eller mennesket?

4 Spørg

Hav altid en respektfuld tilgang, når du kommunikerer med andre mennesker om (over)vægt. Spørg gerne om lov til at tale om emnet, inden du kaster dig ud i at give gode råd.

Kilde: Pernille Andreassen, antropolog og seniorforsker på Nationalt Center For Overvægt

ten for stigmatisering kan afholde mennesker med overvægt fra at opsøge sundhedsvæsenet.

Der er, ifølge Pernille Andreassen, ikke noget enkelt svar på, hvordan man kommer vægtstigma til livs. For ligesom at det ikke er opstået fra den ene dag til den anden, forsvinder det heller ikke over night.

"Vi er nødt til at sætte fokus på det igen og igen og ikke mindst forstå, hvad stigmatiseringen gør ved de mennesker, det går ud over. Vi skal tale om overvægt på en konstruktiv og respektfuld måde, så vi undgår både egne og andres stigmatisering," slutter Pernille Andreassen.

Apotekerne sætter i den kommende tid fokus på, hvordan man bedst møder og hjælper mennesker med svær overvægt. Læs mere om kampagnen på side 22.

Grønne
Vitaminer

HUSK TIDENS VIGTIGSTE VITAMINER

SOLSKINSVITAMINET D3 ER VIGTIGERE END NOGENSINDE

Rigtig mange danskere kommer i underskud, da kroppen kun kan producere D3-vitamin, når solen skinner på huden. Forskerne er derfor ikke længere i tvivl, et ekstra tilskud er nødvendigt, for at sikre kroppen tilstrækkeligt med D3-vitamin.

Bidraget til at vedligeholde:

- muskler
- tænder og knogler
- normalt kalkniveau i blodet
- optagelsen af kalk og fosfor
- immunsystem og celledeling



NU OGSÅ VEGANSK!

ÆLDREVITAMINET B12

Med alderen svækkes optagelsen af næringsstoffer gennem tarmen, så det er vigtigt at indtage den rette dosis vitamin B12. Fås i to veganske styrker på 500 mcg og 125 mcg pr. tablet.

Bidraget til at vedligeholde:

- dannelsen af røde blodlegemer
- et normalt energistofskifte
- omsætning af homocystein
- normal psykisk funktion
- normal celledelingsproces
- normalt fungerende nervesystem og immunsystem



NU VEGANSK!

STÆRKE KNOGLER

Vitamin K2 aktiverer proteinet osteocalcin, som sørger for at aflejre calcium i knoglerne. Derudover aktiverer det også proteinet Matrix GLA (MGP), som forhindrer, at kalken aflejres i blodårerne. Således bidrager Vitamin K2 til at vedligeholde en normal knoglestruktur.

Vegansk Vitamin K2 indeholder bioaktivt menaquinon-7, som er fremstillet på basis af bakteriekulturen *Bacillus Subtilis*, og indeholder således ikke soya-proteiner.

Vælg mellem Vegansk Vitamin K2 90 mcg eller Naturlig Vitamin K2 45 mcg på basis af fermenterede sojabønner.



df dansk farmaceutisk industri a-s
www.dkpharma.dk

f @berthelsennaturprodukter
@berthelsen_naturprodukter

Produkterne fås gennem
Nomeco og TMJ.

Styrket samarbejde med regionerne på dagsordenen

Den 9. januar samledes kredsbestyrelserne til årets temadag, der bød på inspiration til, hvordan man styrker den regionale interessevaretagelse.

AF: TRINE GANER

Den stod på inspiration og gensidig erfaringsudveksling, da 19 medlemmer af foreningens kredsbestyrelser i starten af januar satte hinanden stævne i Apotekerforeningen i Bredgade. Anledningen var den årlige temadag for kredsbestyrelserne, og øverst på dagsordenen stod spørgsmålet om, hvordan foreningens nye kredse kan styrke relationer og samarbejde med regionerne på alle niveauer.

For hvordan får man foden inden for i regionen? Hvem skal man have fat i? Og hvor skal man starte?

Det spørgsmål var oplægsholder Maria Steno inviteret til at svare på. Hun er rådgiver i politik og kommunikation og forfatter til en bog om lokal lobbyisme – og så er hun i øvrigt selv tidligere kommunalpolitiker. Hendes budskab var klart: Lokalt samarbejde kræver lokal interessevaretagelse.

"Mange organisationer tror, at man kan løse lokale problemer centralt. Det er ikke sådan, det foregår. Vil man have indflydel-

se lokalt, må man bygge relationer lokalt," sagde Maria Steno blandt andet.

Hun gav desuden en række konkrete bud på veje til det gode samarbejde. Blandt andet anbefalede hun, at kredsbestyrelserne opbygger relationer til regionsrådsformanden samt 1-2 udvalgsformænd eller -medlemmer.

Og så er det, ifølge Maria Steno, vigtigt at bidrage til at skabe resultater. Hvis man holder et møde med en lokalpolitiker eller et udvalg, skal der komme noget konkret ud af det. Det behøver ikke være noget stort og forkromet. Men der skal være et resultat. Og man skal bidrage med løsninger – ikke blot italesætte problemer, var pointerne.

Mulighed for drøftelser

Der var igennem dagen mulighed for drøftelser af, hvordan den regionale interessevaretagelse skal foregå. Der var enighed om, at særligt vaccination skal være en gennemgående indsats i alle regioner. Derudover blev der drøftet vederlagsfri udlevering af medicin, forsyningssikkerhed samt deltagelse i sundhedsklynger og nærhospitalet.

Endelig blev det drøftet, hvordan sekretariatet og kredsene i fællesskab kan styrke samarbejdet med regionerne. Blandt de første initiativer, som iværksættes, er et apoteksbesøg for regionsrådsformanden. Her vil både kredsformand og foreningsformand deltage. ●

Hvad tog du med hjem?

Farmaci spurgte de fem kredsformænd, hvad de tog med hjem efter temadagen.



Betina Kjær Hansen, kredsformand i Sjællands Kreds

Jeg gik derfra med en fornemmelse af, at der er håb forude. Vi fik inspiration med fra nogle af de andre kredse, hvor de har fået et godt samarbejde op at køre. Udfordringen er, at det er svært at mobilisere tid og ressourcer til at løfte den store opgave.



Gitte Halberg Andersen, kredsformand i Sydjyllands Kreds

Jeg tog med, at der ligger et kæmpe arbejde forude i at skabe relationer med politikere og embedsværk i regionerne. Men jeg tog også med, at vi i fællesskab, ved brug af hinandens viden og samarbejde mellem kredsene, kan lykkes med at få mere indflydelse og flere opgaver i regionerne. Vi skal bare klædes bedre på og have flere ressourcer ud i kredsene.



INSPIRATION. Deltagerne fra foreningens fem kredse lyttede opmærksomt, da oplægsholder Maria Steno delte ud af sin viden om lokal interessevaretagelse.



Lars F. Nørgaard,
kredsformand i Midtjyllands Kreds

Jeg synes, at det er rigtigt godt, at vi har fået skabt et forum, hvor vi kan mødes og dele erfaringer. Temadagen gjorde mig lidt sulten på at komme i gang med lidt politikerlobbyisme.



Christina Weidemann,
kredsformand i Nordjyllands Kreds

Jeg er inspireret men usikker på, om kredsens medlemmer har ressourcer til, og ønsker, at bakke op om nye samarbejder. Det er svært ved at se, om der kan vælges en ny kredsbestyrelse, når rollen som fagpolitisk lobbyist kommer til at fylde i kredsarbejdet. Jeg ved godt, hvad jeg vil arbejde videre med, men jeg har stærkt på fornemmelsen, at det bliver som en "enmandshær".



Susanne Bendixen,
kredsformand i Hovedstadens Kreds

Vi skal finde vores ben i forhold til de nye opgaver, vi har fået i kredsene med den ændrede struktur. Temadagene er med til at sikre fremdrift i den modningsproces, som vi er i gang med. Oplægget fra Maria Steno var med til at give retning for den efterfølgende diskussion, og meget af det hun sagde ramte spot on.

Sund hud kommer ikke altid af sig selv

For nogle personer er sund hud ikke noget, som er givet på forhånd.

Psoriasis er en udbredt autoimmun sygdom. I nogle tilfælde er hudsygdommen arveligt betinget, og den er kronisk. Psoriasis ses i de yderste hudlag, hvor nye hudceller dannes for hurtigt - hvilket resulterer i dannelse af små hvide og sølvlige skæl, som er karakteristisk for sygdommen. Desuden er det karakteristisk for sygdommen, at den i perioder blusser op og i perioder er i dvale.

Der findes ingen endelig kur for psoriasis, og mange berørt af hudsygdommen forsøger sig med diverse midler for at mindske udbruddene.

CANNASEN® Psoriasis Gel

CANNASEN® Psoriasis Gel er udviklet til at lindre kløe, reducere rødme, forebygge tørhed og reducere dannelsen af nye skæl. Gelen er en lindrende psoriasisbehandling med dødhavssalt, CBD, panthenol, aloe vera ekstrakt samt A- og E-vitamin.

Virkning og fordele:

- Lindring af kløe og rødme
- Opretholder fugt i huden
- Reducerer dannelse af nye skæl
- Virker lokalt gennem huden



CANNASEN® PSOR+Atopic Lotion

CANNASEN® PSOR+Atopic Lotion er til daglig pleje af psoriasis, tør og atopisk hud. Lotionen bekæmper tørhed, rødme, kløe samt følelsen af stram hud. Huden bliver blødere og dens overordnede fremtoning forbedres.

Resultater fra kliniske tests:

- 92% oplever forbedret fugtning af huden
- 91% oplever eliminering af tørhed og stram hud
- 90% oplever, at cremen beskytter mod ekstrem tørhed
- 70% oplever reduktion af kløe
- Der blev ikke påvist allergiske reaktioner eller irritation i de kliniske test - heller ikke blandt allergikere

“ Jeg døjer rigtig meget med psoriasis på hænder og albuer. Prøvede gelen og atopic lotion, og allerede indenfor en uge forsvandt min kløe og hurtigt efter, så jeg tydelige resultater.



af Bianca

CANNASEN®
SCIENCE IS IN OUR NATURE

Effektiv behandling og daglig pleje af psoriasis,
tør og atopisk hud.

Apotek varenummer: 223379
Vejl. Udsalgspris: 299,95 kr.

Apotek varenummer: 225587
Vejl. Udsalgspris 249,95 kr.



Prøv **CANNASEN® Psoriasis Gel &
CANNASEN® PSOR+Atopic Lotion**
i dag og genskab din krops naturlige balance.

CANNASEN.DK

Apotekerne kommer flot

Der er styr på patientsikkerheden på landets apoteker, lyder den overordnede konklusion fra Styrelsen for Patientsikkerhed efter at have været på tilsynsbesøg på 40 apoteker.

AF: ANNE-SOPHIE RØMER
THOSTRUP

”Sundhedsfagligt velorganiseret med gode procedurer og høj grad af systematik”. Sådan beskrives apotekerne i de rapporter, som er lavet på baggrund af de tilsyn, som Styrelsen for Patientsikkerhed netop har gennemført med fokus på organiseringen af behandlerfarmaceuternes arbejde.

Under tilsynene blev der blandt andet set på, hvordan arbejdsgangene for behandlerfarmaceuter er organiseret på det enkelte apotek - hvem ringer man for eksempel til, hvis behandlerfarmaceuten ikke er på arbejde? Og hvordan sørger man for, at behandlerfarmaceuterne er klædt på til at lave en fyldestgørende journalføring, selvom der er travlhed i skranken?

Tilsynene har ikke haft fokus på den enkelte behandlerfarmaceut men på, hvordan apoteket har sikret en forsvarlig varetagelse af behandlerfarmaceutområdet. Apotekerne blev efterfølgende indplaceret i kategorierne 'kritiske problemer', 'større problemer', 'mindre problemer' eller 'ingen problemer af betydning for patientsikkerheden'.

Alle de tilsete apoteker kom igen uden påbud og landede i kategorien 'mindre problemer af betydning for patientsikkerheden'. De 'mindre problemer' handlede ofte om at få udarbejdet en mere grundig journalføring eller

om at få beskrevet arbejdsgangene i instruksen.

Et grundigt folkefærd

Det har været en meget positiv oplevelse for tilsynsførende Sarah Sommer at være på besøg på apotekerne hen over efteråret og i begyndelsen af det nye år, og hun fortæller:

”De behandlerfarmaceuter, som jeg har mødt under tilsynene, har været både nysgerrige og imødekommende, og vi har haft nogle gode og konstruktive dialoger”, siger Sarah Sommer og fortsætter:

”Farmaceuter er et meget grundigt folkefærd, som sætter sig ind i tingene og gerne vil gøre det ordentligt. Behandlerfarmaceuterne er jo en rimelig ny-autoriseret gruppe, og man kan mærke, at de er meget motiverede for at varetage den sundhedsfaglige opgave på en ordentlig måde og sikre efterlevelsen af lovgivningen,” siger Sarah Sommer.

Selvom tilsynene har haft et overordnet formål om at tjekke op på patientsikkerheden, så har der også været fokus på at få apotekerne til at reflektere over deres arbejdsgange.

”Vi er som myndighed ikke interesserede i at give en masse påbud til apotekerne men har i stedet fokus på, at vi skal igangsætte læring. Selvfølgelig kan der være tilfælde, hvor der er lovmæssige overtrædelser, som vi skal gribe ind overfor. Men det har heldigvis ikke været tilfældet ved apotekerne, som alle har klaret tilsynene uden påbud,” siger Sarah Sommer.

Læring i tre dele

Hun fortæller, at tilsynene har bestået af en før-, under- og efter-læring. Inden tilsynene har apotekerne fået en varslings, så de på forhånd har haft mulighed for at kigge på de målepunkter, der sættes fokus på under tilsynene, og overveje behovet for ændringer i arbejdsgangene

Det var en meget positiv oplevelse. Der var fokus på det positive i vores arbejde, og den tilsynsførende var god til at komme med sparring og input, som vi kunne bruge

Vivian Zederkof, apoteker,
Haslev Apotek



for at leve op til målepunkterne.

Under selve tilsynet har læringen blandt andet bestået i den dialog, der har været mellem behandlerfarmaceuterne og den tilsynsførende og de gennemgange, der er blevet lavet af apotekets instruks for behandlerfarmaceuter og af udvalgte journaler.

Den sidste del af læringen har bestået i, at apotekerne har skullet arbejde videre med de input, de har fået under tilsynet, og har skullet rette op på eventuelle bemærkninger, som er givet i den efterfølgende rapport.

Som tilsynsførende har Sarah Sommer lagt vægt på at sprede de gode erfaringer apotekerne imellem. Det har hun blandt andet gjort i forhold til emnet ”diskretion”.

gennem tilsyn

"Det er ikke alle apoteker, som har lige stort fokus på at tilbyde borgerne diskretion, når de for eksempel genordinerer et præparat. Men her har jeg kunnet videreformidle eksempler fra apoteker, som har haft gode løsninger, og jeg har på den måde kunnet inspirere andre apoteker til for eksempel også at lave forskudte skranker, sætte skillevægge op eller foreslå, at man tilbyder borgeren at gå ind i et tilstødende lokale", siger Sarah Sommer.

Viden om indberetninger

Under tilsynene har der også været tid til at snakke om emner, som ikke direkte relaterer sig til de opstillede målepunkter for behandlerfarmaceutområdet. For eksempel har apotekerne været interesserede i at få mere viden om muligheden for at indberette bekymringshenvendelser.

"Personalet på apotekerne er i berøring med rigtig mange sundhedspersoner og organisationer i deres dagligdag. Det giver derfor rigtig god mening, at de er ordentlig informeret om, hvordan man laver indberetninger til Styrelsen for Patientsikkerhed, hvis der er anledning til bekymring for patientsikkerheden," siger Sarah Sommer, som har lavet tilsyn på i alt 11 apoteker.

Apoteker havde god oplevelse

Et af de apoteker, Sarah Sommer har lavet tilsyn på, er Haslev Apotek, hvor Vivian Zederkof er apoteker og behandlerfarmaceut. På apoteket havde de på forhånd været spændte på tilsynet, da der ikke tidligere har været tilsyn med fokus på behandlerfarmaceuternes arbejde. Nervøsiteten blev dog hurtigt lagt på hylden, og tilsynet gik over al forventning.

"Det var en meget positiv oplevelse. Der var fokus på det positive i vores arbejde, og den tilsynsførende var god til at komme med sparring og input, som vi >

Tilsyn med fokus på behandlerfarmaceuter

Styrelsen for Patientsikkerhed fører tilsyn med alle offentlige og private institutioner, virksomheder og behandlingssteder, hvor autoriserede sundhedspersoner udfører sundhedsfaglig behandling.

Det er et såkaldt risikobaseret tilsyn, hvor Styrelsen for Patientsikkerhed fokuserer på relevante temaer og målepunkter, som blandt andet er udarbejdet i samarbejde med Apotekerforeningen og Pharmadanmark.

Tilsynene er lavet som stikprøver på 10 % af landets apoteker, svarende til 40 receptekspederende apoteksenheder.

Tilsynene var alle varslet på forhånd senest seks uger før.

Tilsynene foregik dels som samtale/interview om organiseringen af arbejdsgangene for behandlerfarmaceuterne, dels som gennemgang af blandt andet den instruks, behandlerfarmaceuterne bruger i deres arbejdsgange.





> kunne bruge. Hun havde også øje for, at arbejdsgangene på et apotek hele tiden udvikles, og at det er en løbende proces, hvor vi bliver dygtigere og dygtigere jo mere erfaring, vi får,” siger Vivian Zederkof og fortsætter:

”Vi har tidligere oplevet, at tilsyn godt kan være lidt kategoriske, og at der ikke altid bliver lyttet til os undervejs, men at der er et lidt ensidigt fokus på at finde fejl. Men denne gang var det meget anderledes. Der blev spurgt ind til vores arbejdsgange på en meget positiv og konstruktiv måde, så vi fik en god dialog”.

Fokus på journalføring

Haslev Apotek klarede sig godt under tilsynet og fik kun en enkelt anmærkning om bedre journalføring.

”Den anmærkning vi fik, gav rigtig god mening. Vi blev gjort opmærksom på, at vi skal være mere præcise i vores indikationer, når vi for eksempel ordinerer p-piller. Her er det ikke nok at skrive ”p-pille” som indikation, da p-piller både kan bruges som svangerskabsforebyggelse og mod akne, og hvis indikationen er akne, må vi for eksempel ikke genordinere dem, så der har det jo en betydning,” siger Vivian Zederkof.

Journalføringen er ifølge Sarah Sommer også et af de områder, som apotekerne skal arbejde med.

”Når personalet står i skranken, er der jo ofte travlt. Borgerne vil gerne hurtigt



videre, hvilket kan udfordre en fyldstgørende journalføring. På tilsynene har vi derfor talt om, hvordan man via forskellige værktøjer og skabeloner kan komme omkring det nødvendige, uden at det tager for meget tid”, siger Sarah

Sommer.

Det er på nuværende tidspunkt ikke planen, at der skal laves flere stikprøvebaserede tilsyn på behandlerfarmaceutområdet. Foruden de rapporter, der er lavet fra de enkelte tilsyn, udgiver Styrelsen for Patientsikkerhed også en ”Erfaringsopsamling”, som skal formidle viden og inspiration til de apoteker, som ikke har haft tilsyn. ●

Benaliv® øjendråber

— nu også som 3 stk. pakning



Vnr 48 80 38
4 ml



Vnr 48 05 41
3 x 4 ml

NYHED!
3 stk.
pakning

Nu fås Benaliv® øjendråber som 3 stk. pakning, så du kan hjælpe allergikere bedre igennem hele allergisæsonen.

Benaliv® øjendråber kan bruges:

- Til behandling af allergisk øjenbetændelse, der kommer på bestemte tidspunkter af året, og som viser sig ved at øjnene løber, klør og er røde og øjenlågene hævede.
- Til voksne og børn over 2 år

Virker inden for få minutter og i op til 12 timer

BENALIV® (levocabastin). Øjendråber, suspension 0,5 mg/ml **Indikation:** Conjunctivitis allergica og conjunctivitis vernalis. **Kontraindikationer:** Overfølsomhed over for indholdsstoffer. **Særlige advarsler og forsigtighedsregler vedr. brugen:** Bør ikke anv. til børn < 2 år. Indeholder benzalkoniumchlorid, som kan absorberes af bløde kontaktlinser, som kan blive misfarvede. Kontaktlinserne skal tages ud før applikation og efter mindst 15 minutter må de indsættes igen. Benzalkoniumchlorid kan medføre øjenirritation, symptomer på tørre øjne og det kan påvirke tårefilmen og hornhindeoverfladen. Skal anvendes med forsigtighed hos patienter med tørre øjne og hos patienter, hvor hornhinden kan være kompromitteret. Patienter bør monitoreres under langvarig anvendelse. Generelt reagerer øjnene hos børn stærkere over for en given stimulans end øjnene hos voksne. Irritationen kan påvirke behandlingsadhærens hos børn. Indeholder propylenglycol og fosfater. **Graviditet:** Erfaring savnes og bør ikke anvendes med mindre fordele retfærdiggøres i forhold til risiko. **Amning:** Kan anvendes, men forsigtighed udvises. **Dosering:** Voksne og børn over 2 år: En dråbe i hvert øje 2 x dgl. Kan øges til 3-4 x dagligt. Omrystes før brug. **Bivirkninger:** Alm.: Øjensmerter, sløret syn, reaktioner på administrationsstedet, som inkluderer brændende/sviende følelse i øjet og irritation i øjet. Ikke alm.: Øjenlågssødem. Meget sjældne: Conjunctivitis, hævelse i øjet, blefaritis, ocular hyperæmi, rindende øjne, reaktioner på administrationsstedet såsom røde øjne og kløen i øjet, angioneurotisk ødem, hypersensitivitet, kontaktdermatitis, urticaria, hovedpine. Ukendt: Anafylaktisk shock, palpitationer. **Udlevering:** HF. **Tilskud:** Klausuleret tilskud. **Pakninger:** 4 ml, 1 og 3 stk. **Forkortet produktinformation** er baseret på det fuldstændige produktresumé, som kan findes her: www.produktresume.dk eller som kan rekvireres hos registreringsindehaveren **McNeil Denmark ApS**, tlf. 7020 5212. www.benadryl.com Medicinske produktspørgsmål kan rettes til vores medicinske informationsafdeling: med-info-dk@its.inj.com. Januar 2023. DK-BLV-2300006. Produceret af McNeil Denmark ApS, januar 2023.





Borgere interesseret i hjælp fra apoteket i forbindelse med senfølger efter kræft

Tidligere kræftpatienter er åbne overfor, at apotekerne kan spille en større rolle i rådgivning og opfølgning i forbindelse med senfølger efter kræft.

DET VISER ET DANSK STUDIE, som har indsamlet spørgeskemaer fra 354 tidligere kræftpatienter i august 2021. Over halvdelen (54 %) svarede, at de var åbne for, at apotekerne i højere grad kunne spille en rolle i forhold til at hjælpe med håndtering af senfølger. 25 % svarede, at de ikke ønskede, at apotekerne var en del af en sådan indsats.

Tidligere undersøgelser viser, at mere end halvdelen af dem, som overlever en kræftsygdom, efterfølgende kæmper med en eller flere senfølger af sygdommen eller behandlingsforløbet, og at de nuværende modeller for opfølgning i forhold til senfølger ikke er tilstrækkelige.

I det nye studie svarede hele tre ud af fire, at de oplevede senfølger efter deres kræftforløb, og at de manglede rådgivning i den forbindelse. 23 % svarede, at de ikke talte med sundhedsfagligt personale om deres senfølger. Og kun 7 % havde talt med apotekspersonale om senfølgerne, hvoraf størstedelen (91 %) selv havde bragt emnet på banen. 6 % havde besøgt apoteket mindst én gang om ugen i de seneste 12 måneder, mens knap halvdelen havde besøgt apoteket på månedlig basis.

Halvdelen af respondenterne svarede, at de gerne ville deltage i en gratis intervention om senfølger arrangeret af et lokalt apotek, mens 20 % ikke ønskede at deltage i sådan et arrangement.

Undersøgelsen viser, at der er bred opbakning til, at apotekerne kan spille en større rolle i forbindelse med håndtering af senfølger, og at det derfor er relevant at lave yderligere undersøgelser i forhold til, hvordan en sådan indsats kunne se ud. ●



Borgere kan spare penge ved at hente vederlagsfri medicin på apoteket

Et portugisisk studie viser, at der er besparelser at hente for den enkelte borger, hvis man udleverer vederlagsfri medicin på apotekerne i stedet for på hospitalerne.

HUNDER DEN FØRSTE BØLGE af COVID-19 tillod man i Portugal, at borgerne kunne hente vederlagsfri medicin på det lokale apotek i stedet for på hospitalet, som ellers er kutyme. Og studiet viser, at det gav en besparelse til den enkelte borger på 262,1 euro, svarende til ca. 1949 kr., fordi borgerne undgik udgifter til transport og havde mindre fravær i arbejdsregi.

Desuden var der en signifikant forbedring i tilfredsheden blandt borgerne, når de hentede medicinen på det lokale apotek i stedet for på hospitalet - både i forhold til apotekernes tilgængelighed, åbningstider, ventetid og oplevelsen af diskretion.

Studiet konkluderer, at ordningen - udover at give en besparelse for den enkelte borger - også gør det nemmere for borgerne at hente deres medicin, hvorved man sikrer en kontinuerlig behandling. Ordningen mindsker samtidig presset på sundhedsvæsenet.

Studiet er baseret på data fra interviews med i alt 603 borgere, som alle havde mindst én ordination på vederlagsfri medicin. ●

Warfarin

AF: AUGUST HOMBURG OG STINE FABRICIUS



Undgå muggent hø

Opdagelsen af warfarin begynder på prærierne i Canada og de nordlige sletter i Amerika i 1920'erne. Kvæg, som normalt var sunde, begyndte pludselig at dø i hobetal af indre blødninger. 15 dage efter, at dyret havde spist, blev det sygt, og 30 til 50 dage efter var det dødt. Det skyldtes, at kvægene på prærierne ofte var nødsaget til at spise muggent hø, da landmændene var økonomisk hårdt ramt af Den Store Depression. I det muggne hø blev det naturlige kumarin oxideret og omdannet til det, som i dag er kendt som dicoumarol, der har antikoagulerende egenskaber, og som i høj grad minder om warfarin.

Hvorfor navnet warfarin?

Den amerikanske biokemiker Karl Paul Link fik i 1945 idéen til at bruge et coumarinderivat som rottegift. Dicoumarol var en dårlig rottegift, fordi virkningen indtrådte efter for lang tid. Man begyndte derfor at forske i flere variationer af den naturligt forekommende kumarin. Forskningen var blandt andet finansieret af WARF (Wisconsin Alumni Research Foundation), som endte med at lægge navn til warfarin.

Den perfekte rottegift

Grunden til at antikoagulerende stoffer – herunder warfarin – i dag bliver brugt som rottegift skyldes, at rotter normalt er mistænksomme over for ny, ukendt føde. De nipper først forsigtigt til føden og æder kun mere, hvis de ikke mærker en umiddelbar negativ reaktion. Derfor er det en fordel, at stofferne først virker efter nogle dage.

Warfarin til præsidenten

I 1940'erne begyndte man at bruge warfarin som rottegift, og først i 1953 blev warfarin godkendt til brug som antikoagulant i USA. Den daværende præsident i USA, Dwight D. Eisenhower, blev behandlet for et myokardieinfarkt med warfarin i 1955, hvorefter det for alvor begyndte at blive et kendt navn. Populariteten voksede yderligere op gennem 60'erne.

Indirekte virkning på størkningsevne

Det blodfortyndende middel warfarin er en vitamin K-antagonist, der indirekte hæmmer blodets evne til at størkne. Den indirekte virkning sker, fordi warfarin, der er et coumarinderivat, hæmmer den reduktase, som medvirker til at regenerere vitamin K, efter det har medvirket til dannelsen af blandt andet koagulationsfaktorerne II, VII, IX og X. I den proces omdannes vitamin K til vitamin K-epoxid. Derfor kan virkningen af store doser warfarin modvirkes ved at tilføre vitamin K. Effekten af en enkelt dosis warfarin begynder efter 1-3 døgn og er maksimal efter 5-7 døgn. Virkningen ophører først 4-5 døgn efter, at man er stoppet med at indtage det.



”Sundhedsydelse skal være en naturlig del af hverdagen på apoteket”



VED ÅRSSKIFTET overtog **Siva Prasada Reddy Maddirala Venkata** Frederiksberg Apotek. Han er uddannet farmaceut i Indien

og har tidligere arbejdet som souschef og stedfortræder for apotekeret på Taastrup Apotek.

Hvornår fandt du ud af, at du gerne ville være apoteker?

Da jeg kom til Danmark i 2008, vidste jeg fra begyndelsen, at jeg gerne ville arbejde på et apotek. I Indien, hvor jeg kommer fra, havde jeg mit eget apotek. Efter et studieophold på Taastrup Apotek fik jeg godkendt min uddannelse, så jeg kunne arbejde på et dansk apotek. Der har jeg arbejdet siden. Jeg trives godt med at have kundekontakt og give kunderne en god oplevelse på apoteket. Det er dejligt at kunne hjælpe og mærke, at man gør en forskel for deres sundhed.

Hvilken erfaring kan du tage med fra dit tidligere job?

På Taastrup Apotek har jeg blandt andet arbejdet som souschef og i en periode også som bestyrer. Her har jeg haft stort fokus på sundhedsydelser som for eksempel medicinsamtaler og compliance-samtaler. Det er vigtigt, at personalet får en grundig oplæring i sundhedsydelserne og forstår vigtigheden af dem. De bidrager både til apotekets økonomi men er i høj grad også med til at styrke folkesundheden. Da jeg startede vaccination på Taastrup Apotek, var der kun 2-4 vaccinatorer på apoteket, og da jeg stoppede, var der 18-20, som kunne vaccinere. Så der er virkelig sket noget på det område. Som leder har jeg altid prioriteret personalets trivsel og udvikling.

Hvilke udviklingspotentialer ser du på Frederiksberg Apotek?

Jeg vil rigtig gerne sætte fokus på sundhedsydelserne, så de bliver en naturlig del af hverdagen for personalet. Det

er ikke nok, at man har en årlig temadag om for eksempel lungetests. Det er vigtigt, at personalet løbende informeres om de forskellige sundhedsydelser, så de bliver en naturlig del af deres arbejdsdag. Derfor holder jeg også morgenmøder, hvor vi blandt andet taler om sundhedsydelserne, hvordan de bedst håndteres, og hvilke udfordringer personalet kan opleve i den forbindelse. Her gennemgår vi forskellige cases og taler om, hvordan de bedst løses. Det er vigtigt for mig at give tryk for personalet gennem træning, så vi kan løfte opgaven i flok. Jeg vil også gerne sætte fokus på det tværfaglige arbejde, hvor vi for eksempel samarbejder med både kommuner og patientforeninger for at forbedre folkesundheden. På apoteket tilbyder vi blandt andet vejledning i korrekt brug af inhalator, og i den forbindelse har jeg tidligere haft et samarbejde med Lungeforeningen.

Hvilke pejlemærker vil du arbejde ud fra?

For det første skal det være nemt at være kunde på apoteket. Nogle kunder kommer kun på apoteket for at hente deres hovedpinepiller. De vil gerne betjenes hurtigt, så de kan komme videre igen. Andre har brug for en grundig vejledning i forhold til et præparat eller sygdom, eller har brug for at få besvaret nogle spørgsmål, og det skal der også være tid til. Og så skal det være rart at arbejde på apoteket. Personalet skal trives, og de skal føle sig trygge ved at komme til ledelsen, hvis de har spørgsmål. Det er også vigtigt, at de farmakonomstuderende får en god oplæring, hvor de altid kan spørge en anden medarbejder om hjælp, når de står i skranken. På den måde kan kunderne også føle sig trygge, selvom de betjenes af en farmakonomstuderende. ●



Siva Prasada Reddy Maddirala Venkata

2020-2023: Souschef og stedfortræder Taastrup Apotek

2019: Bestyrer Taastrup Apotek

2017: Ph.d. i samfundsfarmaci fra Helsingfors Universitet, Helsinki

2009-2023: Apoteksfarmaceut på Taastrup Apotek

2009: Fik Lægemiddelstyrelsens tilladelse til at arbejde på et dansk apotek på baggrund af farmaceutuddannelse fra Indien og USA

2004-2009: Apoteker, partner og driftsansvarlig for Sai Bhavani Medicals, Hyd., Indien

2000: Master of Pharmacy (cand. pharm.) fra The Tamil Nadu Dr. M. G. R. Medical University, Chennai, Indien.

• Født i 1975



Redigeret af

AUGUST HOMBURG

UDNÆVNELSE

Apoteker **Susanne Møller Jensen**, Roslev Apotek har fået bevilling til også at drive **Thisted Løve Apotek**.



NY FILIAL

Taastrup Apotek ved apoteker **Behzad Ghorbani**, har åbnet ny filial den 23. januar 2023 med navnet **Apoteket Taastrup Torv**. Adressen er Taastrup Torv 8 i Taastrup. Behzad Ghorbani driver også filialerne Hedehusene Apotek, Høje Taastrup Apotek, Nytorv Apotek Strøget, Ishøj Lille Torv Apotek og Triangeln Central Apotek.



NY FILIAL OG FLYTNING

Den 4. februar 2023 omdannede Odder Apotek ved apoteker **Hanne Kirch Bülow**, Solbjerg Apoteksudsalg til filialen **Solbjerg Apotek**. Samtidig er Solbjerg Apotek flyttet til Elleskovvej 11 i Solbjerg. Hanne Kirch Bülow driver desuden filialerne Apoteket Nørregade-Odder, Malling Apotek og Samsø Apotek.



FLYTNING

Korsør Apotek ved apoteker **Søren Ringsmose-Pedersen**, flyttede den 13. februar 2023 til Havnearkaderne 19 i Korsør.



ÆNDRET TILKNYTNING

Den 1. januar 2023 flyttede filialen **Oksbøl Apotek** fra **Nørre Nebel Apotek** til **Varde Apotek**, som alle drives af apoteker **Jacob Rasmussen**.

FLYTNING

Næsby Apotek ved apoteker **Kirsten Lindholm** flyttede til ny adresse den 9. januar 2023. Den nye adresse er Bogensevej 33A i Odense N.



OVERTAGELSE

Den 1. januar 2023 overtog apoteker **Birthe Johansen**, Otterup Apotek, filialen **Bogense Apotek**, der tidligere hørte under Nyborg Apotek ved apoteker Tove Drikkjær.

LEDIG BEVILLING

Apoteker **Anna Marie Bucka** har opgivet bevillingen til at drive **Tinglev Apotek**. Bevillingen er ledig pr. 1. oktober 2023, og ansøgningsfristen var den 16. januar 2023.



LEDIG BEVILLING

Bevillingen til at drive **Ringsted Apotek** ved apoteker **Jørgen Moestrup**, er ledig pr. 1. juni 2023. Ansøgningsfristen var den 10. februar 2023.



THISTED

SOLBJERG

VARDE

BOGENSE

KORSØR

ODENSE

TINGLEV

LUKNING AF APOTEKSUDSALG

Apoteker **Svenn Klüver Jepsen** har lukket **Vangede Apoteksudsalg** med udgangen af 2022. Apoteksudsalget hørte under Gentofte Apotek, som Svenn Klüver Jepsen driver foruden Herlev Apotek med tilhørende filial i Hjortespring.



UDNÆVNELSE

Apoteker **Anders Nicolai Nielsen**, Søborg Apotek og Buddinge Apotek, har fået bevilling til også at drive **Ordrup Apotek**.



UDNÆVNELSE

Apoteker **Mia Bendix Andersen**, Albertslund Apotek, har fået bevilling til også at drive **Hvidovre Apotek**.



LUKNING

Lyngby Svane Apotek ved apoteker **Niels Kristensen** lukkede filialen **Sorgenfri Apotek** den 24. december 2022.



LUKNING

København Apoteket Rosen ved apoteker **Bent Halling-Sørensen** har lukket filialen **Brønshøj Apotek** den 31. december 2022. Bent Halling-Sørensen driver foruden tre øvrige filialer under København Apoteket Rosen samt bevillingerne København Kongelig Hof Apotek og Virum Apotek.



LEDIG BEVILLING

Bevillingen til at drive **København Amagerbro Apotek** ved apoteker **Peter Traulsen**, er ledig pr. 1. juli 2023. Ansøgningsfristen var den 10. februar 2023.



DØDSFALD

Svend Erik Jensen

* 20. nov. 1938 – † 18. dec. 2022

Apoteker på Randers Sønderbros Apotek fra den 1. oktober 1988 til den 1. april 2009.

DØDSFALD

Nina Rancke-Madsen

* 25. dec. 1937 – † 4. dec. 2022

Apoteker på København Steno Apotek fra den 1. juli 1979 til den 1. juli 2000.

OMDANNELSE AF FILIAL

Apoteker **Peer Nørkjær**, Trårnby Apotek har den 1. februar 2023 omdannet filialen på **Tårnby Torv** til apoteksudsalg.



SORGENFRI
GENTOFTE
TAASTRUP
HVIDOVRE
KØBENHAVN
TÅRNBY
ORDRUP
RINGSTED

ARCHIV FOR PHARMACI OG CHEMI

199. bind - 180. årgang - Nr. 2
17. februar 2023

apotek

UDGIVER

Danmarks Apotekerforening
Bredgade 54
1260 København K
+ 45 33 76 76 00
farmaci@apotekerforeningen.dk

FORSIDE

Maria Tuxen Hedegaard

REDAKTION

Ansv. redaktør: Lene Lund Hansen
Daglig redaktør: Trine Ganer

GRAFISK PRODUKTION

Layout: Esben Bregninge Design
Tryk: Stibo Complete



ANNONCESALG

Media-Partners
Hanne Kjærgaard
Tlf.: 2967 1436
hanne@media-partners.dk

MEDLEM AF



DANSKE MEDIER

KONTROLLERET AF



DANSKE MEDIER
OPLAGSKONTROL

KONTROLLERET OPLAG

1.131 i perioden 1. juli 2021 – 30. juni 2022

FARMACI NR. 3 - 2023

UDKOMMER

fredag den 31. marts 2023

Prøv



mod hovedpine og migræne



Treo er en smertestillende brusetablet mod migræne og svage smerter som hovedpine, muskel- og ledsmerter, menstruationssmerter og tandpine.

- Har en smertestillende, febernedsættende og antiinflammatorisk effekt
- Indeholder koffein, som forstærker den smertestillende effekt
- Virker inden for 30 minutter
- Godkendt til behandling af migræne



Treo®, Treo Citrus® og Treo Hindbær® 500 mg acetylsalicylsyre og 50 mg koffein brusetabletter

Virkning: Mod migræne samt svage smerter **Advarsler og forsigtighedsregler:** Tag ikke Treo, hvis du er overfølsom over for indholdsstofferne, tidligere har fået allergiske symptomer eller astma ved brug af smertestillende medicin, har mavesår, tendens til blødning, svært nedsat lever- eller nyrefunktion eller dårligt hjerte. Over 65-årige skal undgå langvarig brug af acetylsalicylsyre grundet risiko for mave-tarm-blødninger. Brug af hovedpinetabletter i mere end 10 dage om måneden i mere end 3 måneder kan gøre din hovedpine værre og hyppigere. Treo, Treo Citrus og Treo Hindbær har højt indhold af natrium. Treo Citrus og Treo Hindbær indeholder sojalecithin (E322) og glukose. Treo Hindbær indeholder sorbitol. **Graviditet:** Tag ikke Treo i de sidste 3 måneder før forventet fødsel. Tag kun Treo i de første 6 måneder efter aftale med lægen. **Bivirkninger:** Almindelige: hurtig puls, øget blødningstendens, rysten, søvnløshed, uro, mave-/tarmgener som fx blødning, kvalme, opkastning, diarré, halsbrand. Ikke almindelige: mave-/tarmsår, overfølsomhedsreaktioner (nældefeber, snue). Sjældne: Vejrtrækningsbesvær og astmalignende anfald. Forstyrrelser i nyrefunktionen. Ikke kendt frekvens: Reyes syndrom hos børn. **Dosering:** Voksne: 1-2 brusetabletter opløst i vand 1-4 gange daglig. Børn: Bør ikke bruges af børn under 15 år uden lægens anvisning og må ikke bruges af børn og unge med feber. **Pakninger:** 10 stk. ikke apoteksforbeholdt og 20 stk. apoteksforbeholdt. Må ikke udleveres til personer under 18 år. **Læs indlægssedlen grundigt inden brug.** 11/2021. Viatris ApS, Borupvang 1, 2750 Ballerup, tlf. 28116932, infodk@viatris.com. TREO-2022-0007



POST

PP

DANMARK

Magasinpost SMP
46446

