



# Veilig en correct medicatiegebruik



Sint-Maria Halle  
ALGEMEEN ZIEKENHUIS

Als je ziek bent of ouder wordt moet je vaak verschillende geneesmiddelen innemen.

Door deze op een goede manier te gebruiken, kunnen ze de kwaliteit van je leven verbeteren.

Maar hoe meer geneesmiddelen je neemt, hoe groter de kans op bijwerkingen, zoals duizeligheid of slaperigheid.

We geven je daarom graag enkele tips naar een veilig geneesmiddelengebruik.

# Medicatielijst

## Houd zelf een lijst bij van al je geneesmiddelen

- Noteer de juiste namen, de dosissen en de tijdstippen van inname.
- Vergeet ook niet om de niet-voorgeschreven geneesmiddelen op deze lijst te noteren.  
*bv. pijnstillers, kruidenmiddelen, oogdruppels*
- Vermeld eventuele allergieën of bijwerkingen die je reeds hebt ervaren.
- Draag steeds je medicatielijst bij je en pas hem ook steeds aan als u nieuwe geneesmiddelen moet innemen.
- Breng de lijst en de volledige verpakkingen mee bij een opname in het ziekenhuis.

Een voorbeeld van een medicatielijstje vind je achteraan in deze brochure.

# Let op voor valrisico

## Let op met geneesmiddelen die de kans op een val verhogen

- Sommige geneesmiddelen verhogen het risico op vallen. Als je weet dat je zo een geneesmiddel neemt, kan je ermee rekening houden.
- Laat je medicatielijst daarom nakijken door je arts of apotheker. Vraag of er geneesmiddelen bij zijn, die het risico op vallen verhogen.
- Bloeddrukverlagende medicatie verhoogt de kans op duizeligheid. Als je dergelijk geneesmiddel neemt, wees dan voorzichtig bij het rechtekomen uit bed. Ga eventueel even op de rand van het bed zitten voor je rechtstaat.



## Jouw medicatie

### Gebruik thuis alleen geneesmiddelen die voor jou zijn voorgeschreven

- Gebruik nooit geneesmiddelen van iemand anders!

Jouw hoofdpijn kan immers een andere oorzaak hebben dan die van je buurman of partner.



# Medicatie tijdens ziekenhuisopname

## Een opname in het ziekenhuis?

### Neem enkel medicatie die de ziekenhuisarts je voorschrijft

- Sommige niet-voorgeschreven geneesmiddelen, zoals kruidenmiddelen, kunnen de werking van voorgeschreven medicatie beïnvloeden.  
*bv. Sint-Janskruid*
- Neem daarom geen medicatie die je van thuis hebt meegebracht.  
Bij twijfel: praat erover met je arts of verpleegkundige.

## Correcte inname

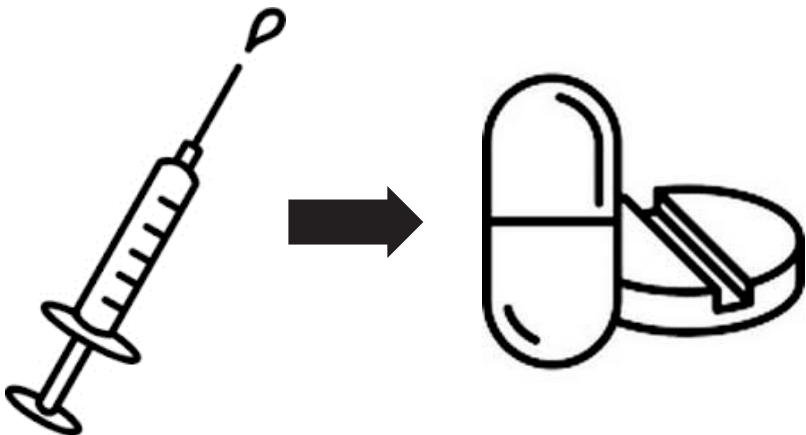
### Neem je geneesmiddelen op een correcte manier in

- Volg de instructies van je arts of apotheker.
- Lees de bijsluiter:
  - gebruik de juiste dosering
  - respecteer het juiste tijdstip
  - kijk na of je het geneesmiddel nuchter moet nemen
- Breek je geneesmiddel niet in stukken, tenzij dit is voorgeschreven.
- Zit rechtop wanneer je geneesmiddelen inneemt.
- Neem je medicatie met een vol glas water.
- Bewaar je geneesmiddelen op een droge, donkere plek en op kamertemperatuur (tenzij anders voorgeschreven in de bijsluiter).

## Toediening medicatie via injectie of mond

Medicatie wordt alleen via een injectie gegeven indien dat medisch noodzakelijk is. Dit gebeurt wanneer er geen gelijkwaardig middel beschikbaar is voor toediening via de mond of wanneer je (tijdelijk) niet in staat bent om medicatie via de mond te nemen. Geneesmiddelen die worden toegediend via de mond zijn namelijk even doeltreffend dan geneesmiddelen via injectie en bieden je bovendien volgende voordelen:

- Meer comfort en bewegingsvrijheid
- Minder complicaties zoals katheterinfecties en lokale tromboflebitis
- Eventueel kortere verblijfsduur (geen ziekenhuissetting vereist)

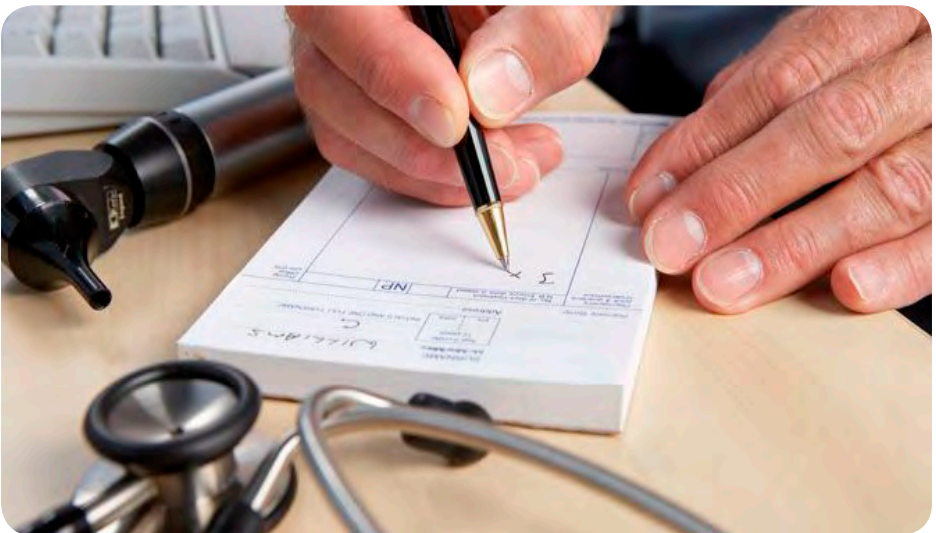




# Medicatie nooit zomaar stoppen

## Stop niet op eigen houtje met het nemen van geneesmiddelen

- Bespreek regelmatig met je arts je geneesmiddelen:
  - welke mag je stoppen?
  - welke moet je blijven gebruiken?
  - wat moet je doen als je een geneesmiddel vergeten bent?
- Bouw nooit op eigen initiatief geneesmiddelen af.



## Vraag info

### Nieuwe geneesmiddelen?

#### Vraag info

- Vraag meer info aan de voorschrijvende arts:
  - waar dient het voor?
  - welke bijwerkingen kan het middel hebben?
  - wat moet u doen als deze bijwerkingen zich voordoen?
  - kan het de werking van andere geneesmiddelen beïnvloeden?
- Vraag of een andere behandeling mogelijk is dan medicatie.  
*vb: beweging, kine-oefeningen, aanpassen van voeding,...*
- Vertel het aan je arts of verpleegkundige als er klachten ontstaan.

Breng je huisarts op de hoogte als je nieuwe medicatie voorgeschreven krijgt door een andere behandelende arts.

# Gebruik hulpmiddelen

- Gebruik een **medicatielijst**.
- Een **verdeeldoosje** kan helpen om de juiste medicatie op het juiste tijdstip in te nemen.
- Een **geneesmiddelen-wekker** helpt je om je medicatie niet te vergeten.

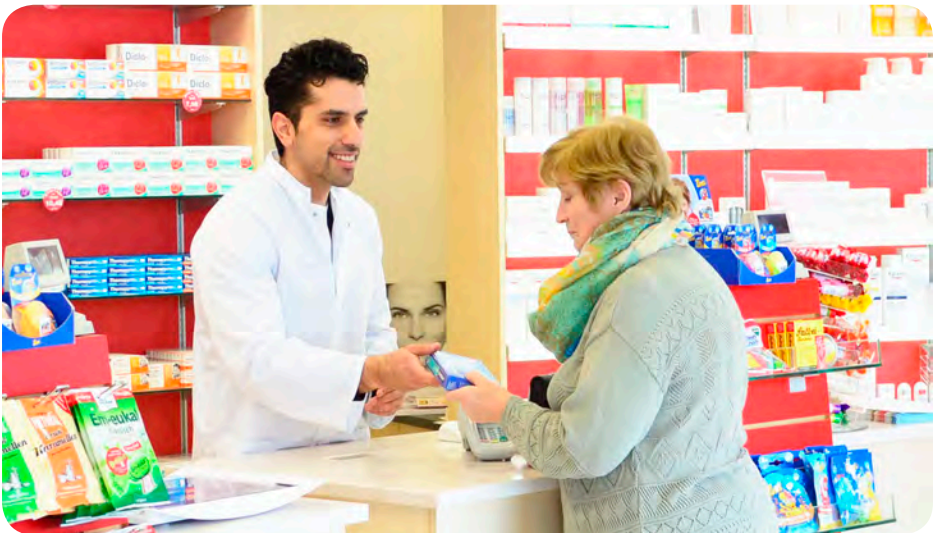


Kan je het verdeeldoosje zelf niet opvullen of twijfel je?  
Laat dit dan doen door familie of de thuisverpleging.

# Jouw apotheker

## Kies thuis een vaste apotheker

- Ga altijd naar dezelfde apotheker, zodat hij/zij een volledig overzicht heeft van je geneesmiddelen.
- Je vaste apotheker kan helpen om bijwerkingen of invloed op andere geneesmiddelen op te sporen.
- Vertel het aan je apotheker als je de inname van een geneesmiddel hebt moeten stopzetten wegens een ernstige bijwerking.
- Vragen voor je apotheker? Schrijf ze op een briefje en neem ze mee.



## Goed om weten

### Tot slot... weetjes

- Als je ouder wordt is het normaal dat je lever en nieren wat minder goed. Daarom kan het gebeuren dat de arts de dosis van je geneesmiddelen aanpast.
- Sommige geneesmiddelen worden gegeven om ziekte te vermijden en hebben geen direct (voelbaar) effect of verbetering  
*bv. medicatie om cholesterol te verlagen*
- Beperk het gebruik van alcohol.
- Neem je medicatie steeds in met water. De werking van sommige geneesmiddelen kan verstoord worden door ze met andere dranken (bv. melk, pompelmoessap,...) in te nemen.
- Controleer steeds de vervaldatum van een geneesmiddel voor je het inneemt. Is een geneesmiddel vervallen, neem het dan niet in en bezorg het aan je apotheker.
- Neem geen geneesmiddelen in waarvan de naam niet meer leesbaar is (niet-identificeerbaar). Bezorg deze aan je apotheker.

# Medicatielijst

Jouw naam: .....

Geneesmiddelen voorgeschreven door een arts:		
Naam van het geneesmiddel	Hoeveelheid of dosis	Hoe vaak per dag en op welk tijdstip
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

Denk eraan om je medicatielijst regelmatig aan te passen. Noteer nieuwe geneesmiddelen bij in de lijst en doorstreep medicatie die je niet langer gebruikt.

## Geneesmiddelen zonder voorschrift (pijnstillers, ...)

Naam van het geneesmiddel	Hoeveelheid of dosis	Hoe vaak per dag en op welk tijdstip
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## Gezondheidsproducten (vitamines, voedingssupplementen, kruiden, ...)

Naam van het geneesmiddel	Hoeveelheid of dosis	Hoe vaak per dag en op welk tijdstip
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....



# Sint-Maria Halle

ALGEMEEN ZIEKENHUIS

Algemeen Ziekenhuis Sint-Maria vzw  
 ond. nr. 0467.967.491

Ziekenhuislaan 100 | 1500 Halle  
 tel. +32 (0)2 363 12 11 | fax +32 (0)2 363 12 10  
[www.sintmaria.be](http://www.sintmaria.be)