



Har du styr på

# DIN MEDICIN



# Kend din medicin!

Mange ældre har forringet livskvalitet eller indlægges unødvendigt, fordi de ikke har det fulde overblik over deres medicin og måden, det skal tages på.

## Du skal vide

- **Hvorfor** du får det enkelte præparat.
- **Hvor længe** skal du have dette præparat. Hvis det er en kur, skal du så tage hele kuren færdig- også selv om du får det bedre.
- **Hvor meget** du skal tage pr. gang. Husk: Hvis du glemmer at tage din medicin, må du aldrig tage dobbelt dosis næste gang. Spring det over, og tag kun normal dosis. Kontakt evt. lægen.
- **Hvornår** på døgnet du skal tage din medicin, er det før eller efter et måltid, eller altid sammen med et måltid. Nogle præparater er gode at tage sammen med lidt yoghurt, hvor andre ikke må tages med yoghurt. Drik altid rigeligt med væske til dine tabletter.
- **Hvordan** du skal tage eller bruge din medicin. Skal piller synkes hele, må de tygges eller må de opslæmmes i væske. Skal der er tyndt lag eller tykt lag salve på.
- **Hvilke bivirkninger** du skal være opmærksom på.

**Opbevar** altid din medicin i emballagen, hvorpå der står årsagen til medicinen, hvor meget du skal tage, på hvilket tidspunkt, samt en holdbarhedsdato. Vær opmærksom på hvordan medicinen skal opbevares, er det i køleskabet- før og efter at det er taget i brug eller tørt og uden sollys.

Hvis der er rød trekant på emballagen, kan medicinen påvirke din bilkørsel og evne til at betjene mekaniske maskiner.

På indlægssedlen inde i pakningen står der oplysninger om virkning og eventuelle bivirkninger. Al medicin skal nøje tages som angivet af lægen, og får du ubehag eller bivirkninger, skal du tale med din læge.

Alt nyttig viden omkring medicin kan findes på [medicin.dk](http://medicin.dk)

**Medicinets navn og udseende** kan variere alt efter, hvilket firma der har lavet det. Vær derfor altid opmærksom på, at indholdsstoffet er det samme, da apoteket er forpligtiget til at udlevere det billigste præparat, med mindre du siger noget andet. Indholdsstoffets navn står altid på emballagen. Hvis du er i tvivl, kan du få apoteket til at skive navnet på det præparat, du plejer at få udleveret uden på pakken.

## **Er noget anderledes end det plejer at være?**

Bliver du svækket, får andre mad- og motionsvaner eller ændrer vægt, skal du tale med din læge, så du kan få rettet mængden af din medicin til. Bliver du **akut syg**, skal du vise vagtlægen din medicin. Skal du **indlægges** på hospitalet, skal du medbringe al den medicin, du tager, både den daglige og den du tager efter behov.

**Håndkøbsmedicin** og anden kosttilskud skal du være varsom med at tage. Fortæl altid din læge, hvad du tager ved siden af det, lægen har ordineret. Vær opmærksom på bivirkninger.

**Husk at fortælle, hvis der er medicin, du ikke kan tåle.**

**Tag ALDRIG andres medicin.**

## Nyttige tips!

- Det giver et godt overblik at have al din medicin nedskrevet på et skema.
- På apoteket kan du købe en medicindoseringsæske.
- Man kan visiteres til at få sin medicin doseret i æsker af hjemmesygeplejersken hver 14. dag.
- Man kan på apoteket bestille sin medicin doseret i små poser til hvert enkelt tidspunkt på dagen (dosisdispenseret medicin).
- Har du svært ved at åbne emballagen eller dele tabletterne, kan du købe forskellige hjælpemidler på apoteket.
- Dine pårørende kan måske hjælpe dig, hvis du er i tvivl om noget, ellers skal du ringe til din læge.
- Bestil altid medicin i god tid, da din læge kan have ferie. Download appen "medicinkortet", og bestil din receptmedicin der.
- Medicin, du ikke længere benytter, eller hvor udløbsdatoen er overskredet, skal afleveres på apoteket.
- Vil du mindes om at tage din medicin på rette tid, kan du benytte alarmen på din mobiltelefon eller et æggeur. Man kan også tilmelde sig en varsling via sms på apoteket eller downloade "medicinhusker"-appen.



## **Gennemgang af al din medicin**

Du kan spørge din læge om en gennemgang af din medicin, og ellers kan man altid mod betaling få apoteket til at gennemgå sin medicin. Hvis man som kroniker inden for de sidste 6 måneder har fået ny medicin, kan man gratis få gennemgået sin medicin.

## **Økonomisk støtte til køb af medicin**

Hvis medicinen er tilskudsberettiget, bliver det automatisk beregnet og fratrukket. Hvilket betyder, at du højst vil komme til at betale 4110 kr. om året (2019 sats) for din receptpligtige medicin, hvis du vælger den billigste medicin på markedet og samtidigt er tilskudsberettiget. Tilskudssystemet er behovsafhængigt, så du får højere tilskud, jo flere udgifter til medicin du har. Egenbetalingen er højest i starten, hvorefter du får mere og mere tilskud alt efter, hvor meget tilskudsberettiget medicin du køber inden for et år.

## **Henstandsordning**

Hvis du forventer, at du i løbet af et år skal købe medicin for mere end egenbetalingsloftet, kan du få en henstandsordning på dit apotek.

Så deler du din egenbetaling op i mindre dele og betaler et fast beløb om måneden til apoteket. På den måde slipper du for store medicinudgifter i starten af dit tilskudsår.

I 2019 betaler du 342,50 kr. om måneden, hvis du køber for mere end 19.078 kr. (23.428 kr., hvis du er under 18 år)

Spørg på dit lokale apotek, hvis du vil høre mere om dine muligheder for en henstandsordning.

Personer som:

- Har varig funktionsnedsættelse
- Er folkepensionist eller førtidspensionist efter de gamle regler
- Har lav indkomst

har særlige muligheder for at få hjælp til egenbetalingen af sin medicin.

**Ved varig funktionsnedsættelse** kan du søge kommunen om hjælp til nødvendige merudgifter til medicin. Merudgifterne til medicin skal være en konsekvens af funktionsnedsættelsen.

**Som folke- og førtidspensionist**, som er tilkendt dig før 1. januar 2003, kan efter reglerne om helbredstillæg søge kommunen om hjælp til egenbetaling til medicin, der ydes tilskud til efter sundhedsloven. Det er indkomst og formue på ansøgningstidspunktet der er afgørende for om du kan få helbredstillæg.

Hvis dine økonomiske forhold er særligt vanskelige, kan du søge om personligt tillæg til dækning af dine udgifter til medicin. Her foretager kommunen en konkret vurdering af din økonomiske situation, og vurdere om der er tale om en rimelig og nødvendig udgift.

**Ved lav indkomst**, som gør at du ikke har mulighed for at dække egenbetalingen til din medicin, kan du søge kommunen om hjælp. Kommunen foretager en konkret vurdering af din økonomiske situation, og vurdere om der er tale om en nødvendig og helbredsmæssig velbegrundet udgift.

Ved livstruende situationer kan apoteket helt undtagelsesvist udlevere medicin uden sikkerhed for betaling. Denne nødløsning kræver en særlig recept fra egen læge.

Du kan læse mere og søge om dette særlige tilskud på [borger.dk](http://borger.dk) eller i borgerservice.

App: Medicinkortet



App: Medicinhusker



**Afdeling for Pleje og Omsorg  
Det Forebyggende Team**

Postboks 200  
Storegade 56  
4780 Stege

Telefon 55 36 29 40  
hverdage kl. 08.00 - 09.00  
Send sikker mail, via.  
Vordingborg kommunes  
hjemmeside. Vælg  
forebyggende hjemmebesøg,  
tryk på linket: "send os en  
sikker mail", til højre på siden.