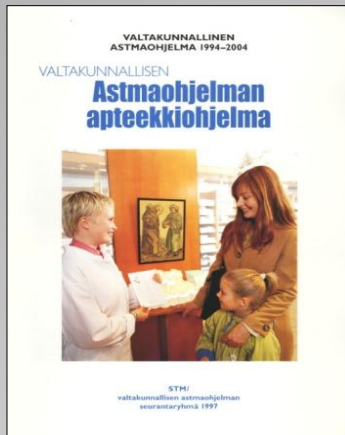


APTEEKIN ROOLI ASTMA- JA ALLERGIAOHJAUKSESSA

Arja Raatikainen
proviisori
Kuopion VI Niiralan Apteekki
2.2.2012



Erityispalvelujen ja erityispätevyyteen tähtäävien koulutusohjelmien lähtökohtana apteekkien kansanterveysohjelmat

Yhdyshenkilöitä: 717

680

638

- Lievissä oireissa järkevä itsehoito
- Painotus asenteisiin

Viestimme

- Tue terveyttä, älä allergiaa
- Vahvista sietokykyä
- Asennoidu allergiaan uudelleen, älä välttä turhaan allergeeneja
- Tunnista ja hoida vakava allergia ajoissa. Estä pahenemisvaiheet
- Tupakka pois

Pääviestit ohjaavat neuvontaa itsehoidossa

- Vaikean astman hoito-ohjelma, astman pahenemisvaiheet
- Allergisen nuhan hoito
- Siedätyshoito siitepölyallergiassa
- Ohjeet "astma hallintaan", "allerginen nuha hallintaan", "atooppinen ihottuma hallintaan"

Kohdenna lääkenneuvonta, ohjaa asiakasta vaikeiden allergioiden hoidossa

- Voiteiden tehokas käyttö
- Ohje "atooppinen ihottuma hallintaan"

Atooppisen ihottuman hoito

Nämä ohjeet on muokattu Kansallisen Allergiaohjelman (2008–2018) työryhmän valmistelemissa Allergia hallintaan -ohjeista apteekkien antamaan potilasohjaukseen soveltuviksi. Ohjeet on muokattu Apteekkariliitossa yhteistyössä Allergiaohjelman asiantuntijoiden kanssa.



ATOOPPINEN IHOTTUMA HALLINTAAN

Miten atooppisen ihottuman pahenemisvaihe tunnistetaan?

- Perusvoiteen tarve lisääntyy tai se ei auta.
- Kutina lisääntyy, ihoa polttaa tai kirvelee.
- Ihon punoitus ja ihottumaläiskät lisääntyvät.
- Yöuni häiriintyy kutinan ja raapimisen takia.
- Ihottuma märkii.

Miten pahenemisvaihe hoidetaan?

Nämä ovat yleisesti käytössä olevat ohjeet. Lääkäri on suositannut antaa Sinulle yksilöllisesti räätälöidyt ohjeet, noudata silloin niitä.

- Käytä ihotulehdusta (inflammaatiota) hoitavaa kortisonivoideetta päivittäin 2 viikon ajan ja sen jälkeen ylläpitohoitona 2 kertaa viikossa 3 kuukauden ajan.
- Jos Sinulle on määrätty tulehdusta hillitseväksi voiteeksi limuusivoide (esim. Protopic® -voide tai Elidel®-emulsiovoide) käytä sitä päivittäin 2–4 viikon ajan ja sen jälkeen ylläpitohoitona 2 kertaa viikossa 3 kuukauden ajan.
- Aloita tarvittaessa kortisonitablettikuuri lääkärin antaman ohjeen mukaan.
- Jos ihottuma on vaikea, pese ihoa 2 kertaa päivässä runsaalla vedellä, jonka jälkeen sido kosteus ihoon perusvoiteen tai glyserolia sisältävän desinfektiohuuhteen avulla.
- Mene lääkäriin, jos ihottuma märkii tai rakkuloi. Saatat tarvita antibioottikuurin.

1. Antihistamiini
2. Nenäkortikoidi ja kuurina tarvittaessa hiussuonia supistava tippa/tabletti
3. Keittosuolahuuhtelu, sarvikuono
4. Lääkəriin tarvittaessa

Yliherkkyysnuhan hoito

Nämä ohjeet on muokattu Kansallisen Allergiaohjelman (2008–2018) työryhmän valmistelemissa Allergia hallintaan -ohjeista apteekkien antamaan potilasohjaukseen soveltuviksi. Ohjeet on muokattu Apteekkariliitossa yhteistyössä Allergiaohjelman asiantuntijoiden kanssa.



ALLERGINEN NUHA HALLINTAAN

Miten allergisen nuhan pahenemisvaihe tunnistetaan?

- Nenää nopeasti avaavan lääkkeen tarve lisääntyy.
- Aivastelu, limanvuoto ja tukkoisuus lisääntyvät.
- Nenän tukkoisuus pakottaa hengittämään yöllä suun kautta.
- Nenä on tukossa jatkuvasti.

Miten pahenemisvaihe hoidetaan?

Nämä ovat yleisesti käytössä olevat ohjeet. Lääkärin on saatavana antaa sinulle yksilölliset täsmälliset ohjeet, noudata silloin niitä.

- Käytä antihistamiinilääkitystä säännöllisesti.
- Aloita nenään sumutettavan kortisonin käyttö ja jatka sitä 2 viikon ajan.
- Jos käytät nenään sumutettavaa kortisonia säännöllisesti, kaksinkertaista sen annos 1–2 viikon ajaksi.
- Käytä tilapäisesti nenää nopeasti avaavaa lääkitystä (enintään 5 päivää alle 10-vuotiaat ja enintään 7–10 päivää sitä vanhemmat).
- Muista allergiakaudella nenän limakalvon huuhtelu (kannu) ja kostutus (suihkeet, tipat).
- Mene lääkäriin, jos tehostettu hoito ei auta.



Tunnistaminen ja oikea hoito

Adrenaliinikynän oikea käyttö

Tunnista äkillinen allergiareaktio

ANAFYLAKSIAN ESTO



1. APTEEKKI

Äkillisten allergiareaktioiden hoitotasapaino on hyvä, jos

1. anafylaksian aiheuttaja on tiedossa.
2. altistumisvahinkoja ei ole.
3. vakavia allergiaoireita ei ole.
4. astma on hallinnassa.
5. nuha-, silmä- ja iho-oireet ovat hallinnassa.

Lisätietoa: _____

Hoito ja omahoidon edellytykset ovat hyvät, jos

1. potilas osaa välttää oiretta aiheuttavaa allergeenia.
2. potilas osaa käyttää adrenaliinia (esim. EpiPen®) ja käyttötekniikka on tarkistettu.
3. potilaan tiedossa on adrenaliinikynän kelpoisuusaika ja oikea säilytyslämpötila.
4. potilas osaa käyttää muita varalääkkeitä (antihistamiini- ja kortisonitabletit, avaava astmalääke). Lääkkeiden ottojärjestys on selvillä.
5. potilaalla on anafylaktisen kohtauksen kirjallinen hoito-ohje.
6. lähin päivystyspiste on tiedossa (koti, mökki, työpaikka).
7. potilaalla on SOS-ranneke tai muu tietolähde allergian aiheuttajasta.
8. potilaalla ei ole anafylaksian kannalta sopimattomia lääkkeitä käytössään (esim. beetasalpaajat).

Lisätietoa/toimenpiteitä: _____

2. POTILAS

Tunnista äkillinen allergiareaktio

Tiedät allergiareaktion aiheuttajan. Se on: _____

Tunnistat sinulle tyypilliset anafylaksian alkuoireet:

- Iho punoittaa, turpoaa tai nousee paukamille (nokkosihottuma)
- Nielu ja kurkku kutisevat ja turpoavat
- Henkeä ahdistaa
- Pahoinvointia, oksentelua, ripulia

Estä reaktion paheneminen

1. Pistä adrenaliini (EpiPen®) HETI reiden tai olkaparren lihakseen.
2. Ota antihistamiini- ja kortisonitabletit lääkärin antaman ohjeen mukaan.
3. Jos sinulla on astma, ota heti 2 annosta avaavaa astmalääkettä.
4. Hakeudu lähimpään päivystyspisteeseen (ambulanssi, taksi tms.).
5. Tarkista myöhemmin, miten reaktio on jatkossa vältettävissä.
6. Varmista, että sinulla on SOS-ranneke tai muu kirjallinen tietolähde allergiasi aiheuttajasta.

- Tunnista paheneminen
- Hoida tehokkaasti
- Muista flunssa-aika
- Muista allergiaaika

Astma hallintaan

Nämä ohjeet on muokattu Kansallisen Allergiaohjelman (2008–2018) työryhmän valmistelemissa Allergia hallintoon ohjeista apteekkien antamaan potilasohjaukseen soveltaviksi. Ohjeet on muokattu Apteekkariliitossa yhteistyössä Allergiaohjelman asiantuntijoiden kanssa.



ASTMA HALUUTAAN

Miten astman pahenemisvaihe tunnustetaan?

- Aavaan lääkkeen tarve lisääntyy muutaman päivän kuluessa.
- Flunssainen, tukkoisen olo.
- Yskää tai hengitysvaikeuksia, erityisesti yöllä.
- Rasituksenieto huononee.
- Agnu PEF-arvo laskee.

Miten pahenemisvaihe hoidetaan?

Nämä ovat yleisesti käytössä olevat ohjeet. Lääkäri on saattanut antaa Sinulle yksilölliset toteutusohjeet, noudata silloin niitä.

- **Kaksin-** (tai nelin-)kertaista inhaloitavan kortisonin annos 2 viikon ajaksi.
- Jos astmasi on niin lievä, että et normaalisti käytä inhaloitavaa kortisonia säännöllisesti, aloita sen käyttö ja jatka sitä ainakin 2 viikon ajan.
- Ota aavaa lääke aina ennen hoitavaa lääkettä 2 viikon ajan. Jos vointi on hyvä, aavaa lääke voi sen jälkeen jäädä tarvittaessa käytettäväksi.
- Jos käytät kortisonin ja aavaan lääkkeen yhdistelmän, mitata 2 vuorokauden annos lääkärin ohjeen mukaan 2 viikon ajaksi.
- Aloita tarvittaessa kortisonitabletkkuuri lääkärin antaman ohjeen mukaisesti.
- Hakeudu päivystykseen, jos tehostettu hoito ei auta.
- Tarkista astman perushoidon riittävyys pahenemisvaihe.



Apteekkariliitto
Aptekkariliiton keskus

- 80% haluaa lopettaa
- 30% yrittää
- 3% onnistuu

- riippuvuudelle farmakologinen selitys
 - nikotiini vapauttaa dopamiinia, joka tuo hyvänolon tunteen

Tupakointi

- purukumit
- laastarit
- imeskelytabletti
- resoribletti
- inhalaattori

- Bupropioni
- Varenikliini

Nikotiinikorvaushoito ja lääkkeet

- Uusi **erityispalvelu**, jonka avulla apteekissa on mahdollisuus perehtyä potilaan kokonaistilanteeseen, mahdollisiin ongelma-kohtiin, lääkkeiden käyttöön, hoitoon sitoutumiseen ja astman hoitotasapainoon vaikuttaviin tekijöihin

Apteekin astmapalvelu

Apteekin astmapalvelun hyötyjä

- **Astmapotilaita** palvelu auttaa
 - Astman lääkehoidon onnistumisessa
 - Lääkehaittojen ehkäisemisessä
 - Omahoidon paremmassa hallinnassa
 - Sairauden kanssa elämisessä
 - Oman terveyden edistämisessä
- **Lääkärille** palvelu tarjoaa päätöksenteon tueksi
 - tiivistettyä tietoa palvelua tarjottaessa havaituista ongelmakohtista
 - mahdollisia ratkaisuehdotuksia ongelmien ratkaisemiseksi



ROHKEUTTA ASIAKKAAN KOHTAAMISEEN
JA NEUVONTAAN!

**KANSALLINEN
ALLERGIAOHJELMA**