

De deskundige aan het woord: Marle Gemmeke

Samenwerking met de apotheker

Shanty Sterke



‘Het zou mooi zijn als apothekers en fysiotherapeuten elkaar weten te vinden. Wij staan daar wel open voor’, zegt Marle Gemmeke, apotheker en promovendus op de afdeling Farmaco-epidemiologie en Klinische Farmacologie aan de Universiteit Utrecht. Maar er blijkt nauwe-

lijks samenwerking te zijn tussen fysiotherapeuten en apothekers. ‘Als een fysiotherapeut zou vragen om een medicatiebeoordeling te doen voor een patiënt die bij mij in de apotheek is ingeschreven, dan zou ik daar blij mee zijn. Dat ga ik direct uitvoeren’. Apothekers zijn graag meer betrokken bij multidisciplinaire samenwerking rondom valpreventie. Zij zijn medebehandelaars van een patiënt.

Met focusgroepen en vragenlijsten onderzoekt Gemmeke hoe de samenwerking is tussen de apotheek en andere disciplines, waaronder wijkverpleegkundigen en fysiotherapeuten. Het uiteindelijke doel is ouderen met een hoog valrisico op te sporen in de apotheek, en vallen te voorkomen.

Medicatie is een van de risicofactoren voor vallen. Maar het is een multifactorieel probleem. ‘Daarom vinden wij dat je in de apotheek ook moet screenen op het valrisico. Een valscreening kan de apothekersassistent prima aan de balie doen. Zij zijn gewend om zelfzorgadviezen en leefstijladviezen te geven. In de apotheek zijn we niet alleen met medicatie bezig. Dus de apothekersassistent kan ook informatie geven over de inrichting van het huis en dat soort zaken. Als er aanleiding voor is, kan de apotheker later contact opnemen voor een medicatiebeoordeling’.

Gemmeke heeft bij patiënten in focusgroepen getoetst wat zij ervan zouden vinden wanneer ze van hun apotheek adviezen over valpreventie krijgen. Patiënten vinden afbouw van medicatie belangrijk. En ze verwachten dat ze geïnformeerd worden over valrisicoverhogende medicijnen. In bijsluiters staat wel iets over duizeligheid. Maar er staat niet: u heeft een verhoogde kans om te vallen door dit geneesmiddel. ‘Nu krijgen ze misschien bij een eerste uitgifte van een bloeddrukverlager te horen: in het begin bent u misschien wat duizelig, sta dan rustig op. Maar niet dat een bloeddrukverlager ook langdurige effecten kan hebben en vallen kan veroorzaken’.

Mensen realiseren zich niet dat medicijnen op de langere termijn bijwerkingen kunnen hebben. Sommige ouderen denken: ik slik dit al twintig jaar, dus het zal wel goed zijn. Maar dat is een misvatting volgens Gemmeke. ‘Het lichaam is niet statisch. Met het ouder worden neemt de gevoeligheid voor geneesmiddelen toe. De hersenen worden gevoeliger voor medicatie die op het centraal zenuwstelsel werkt’. Daardoor werken juist de medicijnen die hun aangrijppingspunt hebben op het centrale zenuwstelsel, zoals slaap- en kalmeringsmiddelen, de benzodiazepines, allemaal langer en anders. De nierfunctie gaat achteruit. De vetverdeling over het lichaam verandert. Dit heeft ook invloed op andere medicatie. Zo kan cardiovasculaire medicatie een verhoogd valrisico geven door orthostase. Door de leeftijdsgerelateerde veranderingen wordt het valgevaar door medicatie steeds groter. Dat gaat zo geleidelijk dat mensen dat niet doorhebben. Patiënten kunnen ineens last van een bijwerking krijgen die ze daarvoor niet hadden. Ze hebben niet in de gaten dat dat door het geneesmiddel komt dat ze al twintig jaar slikken.

Patiënten stappen niet snel zelf naar de apotheek met vragen. Als ze vragen over medicatie hebben dan gaan ze eerst navragen bij vrienden en familie. Als ze

er echt niet zelf uitkomen, dan pas gaan ze naar de apotheek of de huisarts. 'Ze verwachten dat als er medicatiegerelateerde problemen zijn, dat wij ze dat vertellen. Maar wij zien natuurlijk niet alles. Daarom is het zo belangrijk om er veel meer actief bovenop te zitten. Bij de apotheek komen heel veel ouderen. Wij kunnen veel meer signaleren en meer doen.'

Gemmeke zou blij zijn als een fysiotherapeut om een medicatiebeoordeling zou vragen. Maar uit de focusgroepen met fysiotherapeuten bleek dat niemand contact met de apotheek zoekt. 'Dat ligt voor een groot deel bij de apothekers zelf. Ze moeten meer aan hun zichtbaarheid werken. Daar zijn ze zich wel van bewust. Het was voor mij best wel verassend dat de fysiotherapeuten allemaal zeiden contact met de praktijkondersteuner of de huisarts te zoeken. Terwijl mijn ervaring is dat de huisarts niet altijd alle tijd heeft om naar de medicatie te kijken. Huisartsen hebben ook net iets minder expertise op dat gebied. Als wij de medicatiebeoordeling doen, dan gaan we met een patiënt in gesprek. Ik kijk of de medicatie een rol speelt bij het vallen. Ik stel dan de vragen die de relatie leggen met het medicijngebruik: bent u weleens duizelig, wanneer valt u, hoe valt u? Ik vraag me af of een huisarts of een praktijkondersteuner dat zo doet en daar dan ook nog een beslissing over neemt'.

Het onderwerp *medicatie en vallen* leeft onder fysiotherapeuten. Dat bleek uit de vele reacties op de oproep om mee te doen aan het onderzoek. 'Het was

eigenlijk de discipline waarvan we helemaal niet zoveel reacties hadden verwacht. Als apotheek werken we samen met de huisarts en de thuiszorg. Die wilden we in een focusgroep'. Maar dat blijkt een stuk lastiger te organiseren. Na een oproep op LinkedIn kwamen er zoveel reacties van fysiotherapeuten, dat ze de deelnemers over twee focusgroepen moest verdelen. 'Die fysiotherapeuten willen allemaal graag samenwerken met de apotheker en ze zijn allemaal erg geïnteresseerd, dus dat vond ik heel erg leuk'.

Door het onderzoek is Gemmeke zich als apotheker meer bewust van de andere disciplines in de keten wanneer ze iets signaleert. 'Natuurlijk bespreek ik het met de huisarts als een patiënt is gevallen. Maar ik kan ook aan de huisarts vragen wat er voor de rest aan het vallen gedaan wordt. Ik kan niet alles oplossen wat ik signaleer. Ik kan geen mobiliteitstesten gaan doen. Maar wij hebben daar wel een rol in'.

Meer weten?

Meer informatie is te vinden op de site website voor het [FARM-OP onderzoek](#). FARM-OP staat voor Falls-Related Medication use in Older Patients. Op de website staat onder meer informatie voor apothekers en patiënten. Ook zijn er folders te downloaden om met patiënten mee te geven over medicatie en vallen.