



kurs  
kompis

HJ117 Kolesterolsenkende legemidler



kurs  
kompis

## HJ117 Kolesterolsenkende legemidler

Det kan være nyttig å diskutere med kollegaer etter et e-læringskurs. Kurskompis gir deg muligheten til dette! Med et ferdig opplegg kan du trene på å omsette teori til praksis sammen med andre.

Kurskompis tar inntil 30 minutter å gjennomføre, og er en frivillig aktivitet.



### Diskusjonsoppgaver

Gjennom diskusjonsoppgaver som er laget til dette kurset, kan du reflektere, diskutere og dele erfaringer med en eller flere kollegaer. På den måten vil du lære mer, og bidra til at dine kollegaer også lærer mer. Diskusjonsoppgaver kan også brukes til egen refleksjon.

#### Tips til gjennomføring

- Gjennomfør e-læringskurset først
- Velg en som leder diskusjonen
- Skriv ut Kurskompis eller vis på skjerm
- Sett av tid (30 min), enten i sammenheng eller delt opp i mindre bolker.
- Involver alle i diskusjonen, og la alle slippe til med innspill
- Still gjerne oppfølgingsspørsmål til det som blir diskutert, eks.;
- «Har du eksempler på slike situasjoner? Hva kan vi gjøre bedre/ annerledes i en slik situasjon?»
- Om dere opplever at noen oppgaver er mer relevante og nyttige å bruke tid på enn andre, så prioriter det som er viktigst for dere.



## Diskusjonsoppgaver

I kurset «HJ117 Koleseterolsenkende legemidler» lærte dere om høyt kolesterol, behandlingen av det og hvilke råd som kan gis til pasienter som kommer på apoteket for å hente ut koleseterolsenkende legemidler.

Nå skal dere se på to pasientcaser, og diskutere hvilke råd dere ville gitt de ulike pasientene.

Til denne kurskompisen er det laget et løsningsforslag. Dette kan brukes underveis, men vi oppfordrer dere til å prøve å løse alle oppgavene før dere ser i løsningsforslaget.

### Pasientcase 1 - Informasjon ved oppstart av behandlingen.

Silje (40) kommer inn på apoteket og skal hente ut atorvastatin (Lipitor) for første gang. Doseringen er 20 mg x 1.

#### Hva er viktig å informere om ved oppstart av dette legemidlet?

##### Diskuter:

- Hvordan kan dere starte en dialog om riktig bruk av legemidlet med pasienten?
- Hvordan dere kan informere om effekt og bivirkninger slik at pasienten føler trygghet?
- Hvilke erfaringer har dere med lignende pasientmøter?

### Pasientcase 2 - Informasjon underveis i behandlingen.

Per (55) kommer inn på apoteket og skal hente ut ezetimib i kombinasjon med simvastatin (Ezetimib/Simvastatin). Doseringen er 10/20 mg x 1. Han har brukt det i noen måneder, og sier at han har lyst til å droppe hele behandlingen fordi han ikke føler seg syk.

#### Hva er viktig å informere om ved bruk av dette legemidlet?

##### Diskuter:

- Hvordan kan dere gå videre i samtalen med denne pasienten?
- Hvordan dere kan informere om behandlingen slik at han fortsetter med den?
- Hva kan være utfordrende med denne situasjonen?



## Diskusjonsoppgaver - løsningsforslag

Dette er et veiledende løsningsforslag for pasientcasene.

### Pasientcase 1 - Informasjon ved oppstart av behandlingen.

Starte dialogen med å kartlegge hva pasienten vet fra før.

Det er en fin måte å kartlegge hva pasienten vet fra før ved å begynne med "Hva har legen sagt om dette legemidlet?" eller "Hvilken informasjon har du fått om dette legemidlet?"

Spørsmålene er åpne og hjelper deg til å få mer informasjon fra pasienten.

#### Informere

For å skape trygghet er det viktig at å kartlegge hva som er relevant for pasienten og ikke gi for mye informasjon av gangen. Husk å ta små pauser, lytte til pasientens respons, og gi rom for at hun kan svare på/stille spørsmål.

#### Aktuelle momenter å informere om:

- Effekten vil ikke kjennes på kroppen. Sammenlign bruken med å sykle med hjelm, eller bruke bilbelte. Man kjenner ikke effekten, men gevinsten er stor.
- Statiner tolereres vanligvis godt, men noen kan oppleve ømhet, smerter, stivhet, svakhet eller kramper i musklene. Disse bivirkningene oppstår vanligvis ved oppstart eller doseøkning, men kan også oppstå underveis i behandlingen.
- At det er viktig med jevnt inntak av legemidlet, dvs. ta en tablett hver dag. Tips om råd til å huske å ta tablett, f.eks. alarm på telefonen.
- Oppfordre pasienten til å kontakte lege hvis hun skulle oppleve problemer.

## Pasientcase 2 - Informasjon underveis i behandlingen.

Gå videre i samtalen med å kartlegge hva pasienten vet fra før.

For denne pasienten er det også viktig å kartlegge hvilken informasjon han har fått fra legen. Åpne spørsmål hjelper deg til å få informasjon fra pasienten. F.eks. kan man si: "Hva har legen din fortalt deg om dette legemidlet?". Ettersom han sier at han ikke føler seg syk kan det tenkes at han ikke har fått forklart effekten og viktigheten av å ta legemidlet. Det er også nyttig å kartlegge hvordan pasienten synes det går å ta legemidlet. Er det noen spesielle utfordringer utover det at han ikke merker effekt? F.eks. bekymringer rundt bivirkninger, og om det er vanskelig å huske å ta legemidlet.

### Informere og motivere

For å skape trygghet er det viktig at å kartlegge hva som er relevant for pasienten og ikke gi for mye informasjon av gangen. Husk å ta små pauser, lytte til pasientens respons, og gi rom for at han kan svare på/stille spørsmål.

### Aktuelle momenter å informere om:

- Effekten vil ikke kjennes på kroppen. Sammenlign bruken med å sykle med hjelm, eller bruke bilbelte. Man kjenner ikke effekten, men gevinsten er stor.
- Statiner tolereres vanligvis godt, men noen kan oppleve ømhet, smerter, stivhet, svakhet eller kramper i musklene. Disse bivirkningene oppstår vanligvis ved oppstart eller doseøkning, men kan også oppstå underveis i behandlingen. Ezetimib er også vanligvis godt tolerert, og siden han ikke merker noe, er det lite sannsynlig at han vil oppleve bivirkninger.
- Oppfordre pasienten til å kontakte lege hvis han skulle oppleve problemer.