

Slik het niet

Er sterven in Nederland meer bejaarden aan giftige medicijncocktails dan junks aan heroïne. Het ministerie van WVC startte een landelijke campagne. Rustig en vrijwillig minderen, daar komt de boodschap op neer.

*FNV-Magazine - 1994; feb.
nr. 36 - 37.*

Elf verschillende medicijnen slikte mevrouw J. Strootman-Zwartjes (73), oftewel achttien pillen per dag. Ze nam drie kalmerende middelen, een bloeddrukverlager, een anti-Parkinson-medicijn, insuline, een pijnstillertje en nog het een en ander. Elk middel was haar door artsen voorgeschreven, die bij elkaar een waaiertje van specialismen vertegenwoordigden. En hoe ging dat? Een beetje verward denkt ze terug: "Iedere keer als een dokter me onderzocht, kreeg ik er een middel bij. Ze praatten twee minuten met je en weg waren ze. Je kon er géén gesprek mee voeren. Ik had nooit gelegenheid om wat te vragen."

Nu heeft zij koorts en ligt er onder de witte lakens verslagen bij. "Liggen, liggen en naar de lucht kijken." Op dagen

dat zij zich heel beroerd voelt gaan haar gedachten uit naar de dood. "Maar als je er een einde aan maakt, is het echt over. Je kunt het maar één keer doen." Haar kamer in het verpleeghuis Dekkerswald in Nijmegen is spaarzaam gemeubileerd. Persoonlijke spulletjes zijn er nauwelijks. Naast de tv staat een foto van haar overleden man. Ook is er een zwarte speelgoedpoes: "Die lijkt sprekend op mijn eigen kat." Als zij in het beestje drukt, miauwt het.

Het bovenmatige medicijnmisbruik van mevrouw Strootman werd duidelijk nadat ze haar eigen woning verruilde voor het verzorgingstehuis. Bij de toch al niet geringe combinatie van suikerziekte en ziekte van Parkinson kwamen ook nog eens klachten over het lopen. "En maagpijn, van al die pillen. Ik

moest ervan overgeven. Ze smaakten zo bitter en vies." Ditmaal kwam ze bij een neuroloog terecht, die haar voor een operatie in het ziekenhuis opnam, waarna ze in Dekkerswald terecht kwam. En daar kwam aan het licht wat er allemaal in het medicijnkastje van mevrouw stond. Haar dagelijkse cocktail werd aan een kritisch onderzoek onderworpen en sterk verminderd. Helemaal zonder kan ze overigens niet.

Volgens het adagium "nooit te oud om te leren" geeft ze leeftijdsgenoten met olopemde gezondheidsklachten het advies: "Gebruik zo min mogelijk medicijnen, maar wel de goeie. Stap niet zomaar over op een ander middel. Laat je niks aanpraten. Slik vooral nooit op een nuchtere maag. Denk bij de dokter nooit: ik moet iets zeggen maar ik durf





Apothekers letten ook niet op: "Onlangs had ik hier een patiënt die maar liefst zeventien medicamenten slikte..."

nemen, die maar liefst zeventien medicamenten slikte. Nu heeft hij nog maar twee verschillende pillen nodig. Dat is mogelijk omdat onze bewoners voortdurend onder medische controle staan." Hij vindt dat huisartsen te weinig zicht hebben op het overbodige geslik door ouderen: "Ook durven zij meestal de receptuur van specialisten niet te wijzigen of te stoppen. Al dat voorgeschrijf kan ertoe leiden dat sommige medicijnen de werking van andere middelen afzwakken of versterken. Vooral deze drie factoren veroorzaken de overmedicatie. Bovendien moet je bedenken dat de opname, verdeling, werking en uitscheiding door de organen van ouderen minder goed functioneren. Daardoor verloopt de afbraak van de pillen anders. Artsen en fabrikanten houden daar onvoldoende rekening mee. Bij een toenemende vergrijzing schiet de voorlichting aan ouderen tekort."

Het is niet gemakkelijk, weet Froeling, om voor ouderen een juiste medicatie in te stellen. "Dat zou veel nauwkeuriger moeten gebeuren. Geneesheren zouden de medicatie voor ouderen meer moeten individualiseren. Bij klachtenverlichting zou eerst het medicijngebruik moeten worden geëvalueerd, alvorens artsen een recept voor langere tijd uitschrijven." Overigens wordt "het slikgedrag nauwelijks door openbare apothekers gecontroleerd." Verder vindt hij "dat mensen grenzeloos veel vertrouwen in pillen stellen. Patiënten moeten accepteren dat er niet voor iedere kwaal een pilletje bestaat. Zij weten immers toch dat ouderdom met gebreken gepaard gaat?"

Afkicken, daar komt ook zijn advies op neer. Kalm en vrijwillig. Zelf regelmatig naar de behandelaars toegaan. Vragen of het middel nog wel nodig is. Froeling: "Het is wenselijk om een keer per jaar alle medicijnen en drogisterijmiddelen die een patiënt slikt door de huisarts te laten controleren. Overbodige middelen meteen schrappen en de middelen die nodig zijn onder controle geleidelijk verminderen tot de minimaal noodzakelijke hoeveelheid."

LUCAS VAN DER HOEVEN

Wie een draaiboek wil bestellen om een voorlichtingsbijeenkomst "Ouderen hoeven niet alles te slikken" te organiseren, kan informatie inwinnen bij de ANBO, mevrouw Astrid van der Zwan: 030-315278

FOTO HARRY MEIJER

het niet. Ik neem geen blad meer voor de mond."

Onderzoekers schatten dat per jaar zeshonderd mensen sterven als gevolg van verkeerd geneesmiddelengebruik. Afgezet tegen de jaarlijkse tienduizend onnodige ziekenhuisopnamen door medicijnvergiftiging valt dat aantal nog mee. Vooral ouderen behoren tot de risicogroep: zij slikken meer dan een derde van alle voorgeschreven medicijnen, oftewel gemiddeld twee geneesmiddelen per persoon. Vooral plaspillen en slaap- en kalmeringsmiddelen zijn populair. Maar al deze medicijnen vertonen bijwerkingen. Hoe groter de dagelijkse cocktail wordt, hoe groter de kans dat de chemische ingrediënten de patiënt letterlijk gaan bijten.

Mede daarom zijn het ministerie van WVC, de Consumentenbond en de ouderenbonden een nationale campagne begonnen om te komen tot een meer verantwoord medicijngebruik door ouderen. Een "geneesmiddelteam" gaat bejaardenhuizen en buurtcentra langs met een speciaal voor deze doelgroep ontworpen presentatie. Dit voorjaar verzamelen de ouderenbonden alle aanvragen, zodat het team dit najaar pas echt goed op tournee kan. De campagne wordt in het verpleegtehuis Kalorama in Beek/Ubbergen positief ontvangen. Medisch-directeur dr P. Froeling kent de ernstige gevolgen van deze onrustbarende vorm van verslaving. "Stoppen is honderd maal moeilijker dan het voorschrijven van geneesmiddelen", zegt hij. "Onlangs liet ik hier een patiënt op-