

Kesä vaikuttaa osastolla ja apteekissa

Millaisia haasteita kesäkuukaudet tuovat lääkitykseen ja lääkehoitoihin? Kuinka näihin haasteisiin valmistaudutaan osastolla ja apteekissa? Entä miten kesä vaikuttaa itse työyhteisöön? Sic!:in kesäjutussa kysymyksiin vastaavat KYSin akuuttiosaston lääkäri Riikka Kettunen ja Itä-Suomen yliopiston apteekin proviisori Johanna Sarajärvi.

Kesä aiheuttaa tunnetusti haasteita erityisesti ikääntyneiden ja lasten hoitoon ja lääkitykseen. Geriatriaan erikoistuva lääkäri **Riikka Kettunen** on iäkkäiden lääkityksen asiantuntija. Hän työskentelee osastonlääkärinä Kuopion yliopistollisen sairaalan akuuttiosastolla.

Kettusen mukaan kesään liittyvät haasteet koskettavat suurta osaa ikääntyvistä, jolloin myös toimenpiteiden pitäisi olla kattavia. Yleensä heinäkuu on Suomen kesäkuukausista kuumin, ja kesän poikkeusolosuhteista juuri helle aiheuttaa yleensä eniten ongelmia.

– Iäkkään lääkitystä täytyisi mukauttaa ympäristön muutoksiin, esimerkiksi kesän kuumiin lämpötiloihin. Yleistä kuitenkin on, että käytetään läpi vuoden samaa annosta ja lääkettä, Kettunen sanoo.



Nesteytys on kaiken a ja o

Vanhusten kannalta suurin kesään liittyvä riski on Kettusen mukaan nestehukka. Hoitajia muistutetaan antamaan potilaille normaalia enemmän nesteitä, sillä iäkkäillä ei välttämättä ole janon tunnetta. On myös huomattava, että jotkin lääkkeet saattavat pahentaa nestehukkaa. Tämä täytyisi muistaa jo lääkitystä suunniteltaessa.

Diureetit, munuaisia kuormittavat tai vasodilatoivat lääkkeet ja erityisesti kalkkisalpaajat ovat esimerkkejä lääkeryhmistä, joihin täytyy kesällä kiinnittää huomiota. Myös tietyt antibiootit ja esimerkiksi ketoprofeeniini ja piroksikaamia sisältävät kipuvoitteet vaativat tarkkuutta kesäkuukausina, sillä ne herkistävät auringonvalolle.

Selkeillä toimintaohjeilla ja ennakoimalla voidaan Kettusen mukaan päästä jo pitkälle.

– Potilaille tai kotisairaanhoidon pitäisi heti alussa kertoa mahdollisista riskeistä, joita lääkkeeseen liittyy. Jos potilas itse tietäisi, minkä lääkkeen kanssa ongelmia voi tulla ja kuinka sitten toimia, hän osaisi ennaltaehkäistä mahdollisia ongelmia, ehdottaa Kettunen.

Lääkitysongelmia voidaan ehkäistä

Osastolla poikkeuksellisiin lääkehoitoihin varaudutaan olemalla jatkuvasti valmiudessa. Vuodenaikaa ei Kettusen mukaan tarvitse eikä voikaan huomioida vielä lääkettä määrättäessä, mutta päivityksessä voidaan reagoida lämpötilojen muutoksiin nopeastikin esimerkiksi annoskokoja muuttamalla. Jos vahinko on ehtinyt jo tapahtua eikä lääkitykseen ole ennalta puututtu, lääkkeitä voidaan laittaa tauolle ja tiheään seurantaan.

Lääkärin pitäisi kuitenkin olla tarkkana jo lääkitystä määrätessään tai tarkastaessaan. Tästä Kettunen haluaisi muistuttaa myös Sic!:in lukijoita.

– Terveiseni eivät koske pelkästään kesäaikaa vaan lääkitystä muinakin vuodenaikoina. Lääkärin olisi muistettava joka ikisen lääkkeen kohdalla miettiä, miksi juuri tämä lääke on käytössä, onko sillä käyttöindikaatiota ja onko annos oikein.

Säätilan vaikutus näkyy myös aptekeissa

Itä-Suomen yliopiston apteekin proviisori **Johanna Sarajärvi** Kuopiosta kertoo kesän vaikuttavan lääkehoitoihin ja apteekin arkeen monella tapaa.

– Hyvä esimerkki kesän erityisyydestä ovat sesonkituotteet, Sarajärvi kertoo.

Sesongin tuotteita ovat esimerkiksi allergioihin, aurinkoon, hyönteisiin ja matkailuun liittyvät lääkkeet ja itsehoitotuotteet. Tuotteiden odotettuun menekkiin varaudutaan apteekissa hyvissä ajoin, sillä monet asiakkaista tekevät kausiostokset jo keväällä ja valmistautuvat näin esimerkiksi allergiakauteen. Toisaalta säätila vaikuttaa vahvasti myös kesäsesonkiin: esimerkiksi tänä vuonna kylmä ja sateinen kevät vähensi Sarajärven mukaan selvästi allergialääkkeiden kysyntää, joten ennakointi voi olla välillä vaikeaa.





Matkailu ja lääkkeiden säilytys herättävät kysymyksiä

Kesäisin ihmiset matkustavat tavallista enemmän, mikä näkyy apteekkityössä kahdella tapaa. Ulkomaille reissaajat tarvitsevat rokotuksia ja muita matkailijan lääkkeitä sekä ohjeistusta lääkkeiden maastaviennistä ja maahantuonnista. Kotimaan matkajat taas asioivat usein muualla kuin kotipaikkakuntansa apteekissa. Tällaisessa tilanteessa kokonaisvaltainen kartoitus ja hyvä asiakaspalvelu ovat tärkeitä tekijöitä onnistuneen apteekkikäynnin taustalla.

– Väliällä työskentely onkin aikamoista salapoliisin työtä, jos vaikkapa ulkopaikkakuntalaisen lomailijan resepti on vanhentunut eikä omaa lääkäriä saada loman takia kiinni, naurahtaa Sarajärvi.

Lääkkeiden oikeanlainen säilytys kuumina ja valoisina kesäkuukausina herättää kysymyksiä ja tarvetta ohjaukselle, samoin mökin lääkekaapin ajan tasalla pitäminen. Useat asiakkaista tulevat Sarajärven mukaan hakemaan apteekista yhtä tiettyä asiaa, mutta kartoituksen kautta pyritään selvittämään asiakkaan laajemminkin tarpeet ja löytämään niille ratkaisun.

Lomalla olevalla on yleensä myös enemmän aikaa perehtyä lääkehoitoon ja tehdä ostoksia apteekissa. Asiakkaat saattavat kysyä yllättävämpiä kysymyksiä kuin talviaikaan. Myös terveyskeskukset lomailevat ja ovat kiinni kesäisin, jolloin apteekista haetaan enemmän neuvoja kuin muina vuodenaikoina.

Kesä on rento mutta haastava vuodenaika

Sarajärvi kuvailee kesää leppoisaksi mutta haastavaksi vuodenaikaksi. Lomailevat asiakkaat ovat hyväntuulisia. Erityisesti kesällä apteekkityössä näkyvät kuitenkin myös alkoholin lisääntynyt käyttö ja huumeet.

– Kesään kuuluvat juhlat, joihin monella liittyy runsaampi alkoholin käyttö. Meille esitetäänkin aika paljon esimerkiksi alkoholin ja lääkkeiden yhteiskäyttöön liittyviä kysymyksiä, Sarajärvi kertoo.

Myös Sarajärven mielestä ennalta valmistautuminen ja varautuminen ovat toimiva keino välttää ongelmia. Apteekissa valmistautuminen tarkoittaa esimerkiksi työntekijöiden kattavaa koulutusta ja ohjeistusta sekä kesätyöntekijöiden perehdytystä. Henkilöstölle on tarjolla infoa uusista lääkkeistä ja kausituotteista. Työntekijöitä muistutetaan hoitolinjoista, ja työvuoroissa käytetään työrytymystä, jossa myös juhlapyhät huomioidaan. Oma lukunsa on lääkkeiden ja tuotteiden saatavuuden varmistus eli tuotemenekkiin varautuminen. Sesonkituotteiden löydettävyyttä tuetaan hyllytysratkaisulla.

Apteekin kesään liittyy siis monenlaisia haasteita ja yllättäviäkin tilanteita. Sarajärvi haluaa kuitenkin rohkaista kaikkia nauttimaan ainutlaatuisesta vuodenaikasta ja lähettää Sic!-in lukijoille kesäiset terveiset.

– Ottakaa ilo irti kesästä ja sen mukanaan tuomista haasteista! Niistä voi saada virikettä päivittäiseen työhön ja oppia uutta yllättävistä tilanteista. Asennoitumisella on merkittävä vaikutus työssä viihtymiseen!

Helmi Jukkala

HuK

Viestintäharjoittelija, Fimea

Artikkeli on kirjoitettu 17.6.2015 ja julkaistu Sic!-verkkolehdessä 2.7.2015.

[Takaisin](#)