

1. Informeer

Voorkómen van therapieontrouw

- Ga na welke ideeën uw patiënt heeft bij het slikken van medicijnen. Let op mogelijke weerstanden.
- Geef bij een 1e uitgifte duidelijk aan dat uw patiënt in de regel weinig zal merken van de bloed-drukdaling.
- Leg uw patiënt uit dat effecten van de medicijnen vooral betrekking hebben op het op lange termijn voorkómen van (een herhaling van) hart- en vaatziekten.
- Wijs uw patiënt op de meest voorkomende bijwerkingen en bijwerkingen waarbij actie moet worden ondernomen (bijvoorbeeld contact opnemen met de arts). Geef aan hoe lang bijwerkingen kunnen optreden en wat je er aan kunt doen.
- Check steeds of uw patiënt uw informatie begrepen heeft. Laat uw patiënt zonodig informatie herhalen.
- Weeg samen met uw patiënt de verwachte effecten en bijwerkingen van de medicamenteuze behandeling tegen elkaar af.
- Krijgt uw patiënt verschillende soorten medicijnen met verschillende doseringen en tijdstippen van inname? Schrijf dit dan op papier (of laat de patiënt dat doen).
- Stem uw informatie af op de fase van ziekteacceptatie waarin uw patiënt zit.
- Vraag aan het einde van een consult expliciet of uw patiënt met het medicamenteuze behandelvoorstel instemt.

2. Vraag na

Signaleren en opsporen van therapieontrouw

- Vraag tijdens herhaalconsulten (met name bij de 2e uitgifte na twee weken) naar de ervaringen en eventuele zorgen van uw patiënt over het medicijngebruik. Vraag ook hoe uw patiënt het medicijngebruik inpast in het dagelijks leven.
- Vraag aan uw patiënt of het gelukt is het medicijn volgens voorschrift (wijze, frequentie, gebruikelijke tijdstip) in te nemen.
- Vraag uw patiënt diens medicijngebruik in eigen woorden te beschrijven.
- Vraag naar ervaren bijwerkingen.

3. Therapieontrouw? Corrigeer!

Oplossen en corrigeren van therapieontrouw

Onbewuste therapieontrouw

- Loop samen eens een dag door. Zoek samen naar geschikte momenten om de medicijnen voortaan in te nemen.
- Bespreek wat uw patiënt kan doen bij het vergeten van medicatie.
- Bespreek het belang van routines of geheugensteuntjes en geef tips die er toe kunnen bijdragen dat het gebruik van de medicijnen (op tijd) plaatsvindt.
- Maak samen met uw patiënt een plan hoe de medicamenteuze behandeling te vervolgen en te evalueren.
- Kom in volgende bezoeken terug op het overeengekomen beleid en stel dit zonodig bij.

Bewuste therapieontrouw

- Vraag naar redenen van therapieontrouw. Probeer misvattingen of (onnodige) zorgen te ontcrachten of weg te nemen.
- Als een middel niet vergoed wordt, sta dan stil bij de kosten van het medicijn. Zoek zonodig naar alternatieven.
- Maak zo mogelijk samen met uw patiënt een plan hoe de medicamenteuze behandeling te vervolgen.

Algemene tips voor het gesprek over de medicamenteuze behandeling

1. Stel open – niet sturende – vragen.

Open vragen geven uw patiënt de ruimte om eigen ervaringen, ideeën en gevoelens naar voren te brengen. Die ervaringen kunnen signalen bevatten die wijzen op onbegrip, onvermogen of ongenoegen aan de kant van uw patiënt. Op een gesloten vraag is het voor een patiënt vaak moeilijk om ontkennend te antwoorden.

2. Wees alert op signalen.

Benoem door u gepercipieerde signalen die er op kunnen wijzen dat uw patiënt zich (onnodig) zorgen maakt en vraag daarop door. Eventuele misvattingen die bij uw patiënt leven, bijvoorbeeld met betrekking tot het afhankelijk worden van medicijnen of over de schade die erdoor aan het lichaam wordt toegebracht, dient u vervolgens weg te nemen of te ontkrachten.

3. Maak onderscheid tussen bewuste en onbewuste therapieontrouw.

Deze twee vormen van therapieontrouw vereisen elk hun eigen aanpak:

- Bij bewuste therapieontrouw is het belangrijk de redenen te achterhalen waarom uw patiënt stopt of medicijnen anders dan voorgeschreven inneemt of gebruikt.
- Bij onbewuste therapieontrouw (vergeten) is de signalering moeilijker, maar wanneer het gesignaleerd is, zijn er praktische hulpmiddelen beschikbaar die uw patiënt kunnen helpen om de medicijnen niet meer te vergeten in te nemen (bijvoorbeeld door de inname in te bouwen in de dagelijkse routine).

4. De trouwe patiënt van vandaag kan morgen ontrouw worden.

Wees alert op de valkuil dat u uw patiënt zo goed kent (of denkt te kennen) en hem of haar daarom niet als een ontrouwe patiënt ziet. Patiënten kunnen als gevolg van veranderende omstandigheden anders met hun medicijnen omgaan.

5. Het reserveren van tijd om over medicijngebruik te praten kan gezondheidsproblemen te voorkómen.

Een langer gesprek met uw patiënt over het belang van juist medicijngebruik en zijn of haar ervaringen met medicijnen kunnen gezondheidsproblemen als gevolg van therapieontrouw in de toekomst voorblijven.