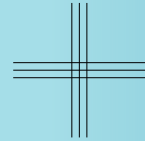
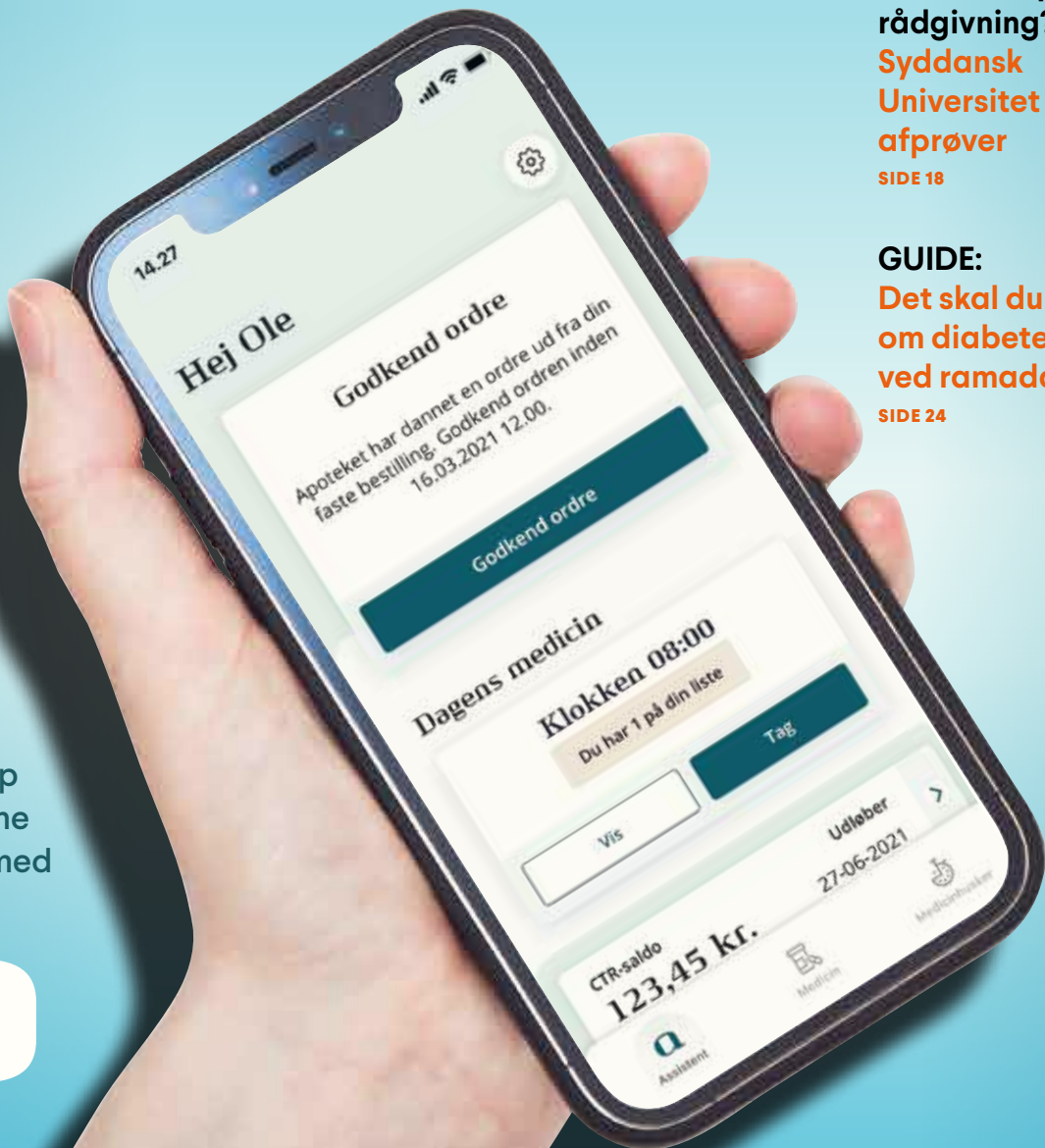


**NY APP**

## KLAR TIL LANCERING

Med ny app  
får borgerne  
apoteket med  
i lommen

# 10



Kan læsning af  
skønlitteratur  
forbedre apotekets  
rådgivning?

**Syddansk  
Universitet  
afprøver**

SIDE 18

**GUIDE:**

**Det skal du vide  
om diabetes  
ved ramadan**

SIDE 24



## Hurtig hjælp hvis du bliver sygemeldt

Med et PFA EarlyCare forløb får du gode muligheder for at komme godt tilbage på jobbet.

Læs mere på [pfa.dk/earlycare](https://pfa.dk/earlycare)  
eller ring til PFA på 70 12 50 00

**PFA**

Mere til dig

# INDHOLD

## 4 Leder

Appen 'apoteket' giver indsigt i apotekets lagre

## 5 Medieklip

## 6 Nyheder

## 8

Apoteker skal hjælpe overvægtige

## 10

Nu lanceres appen 'apoteket'

## 14

Apotekerne støtter igen i år op om HPV-vaccine

## 15 VOXPOP

Hvad betyder det for dig at blive vaccineret mod COVID-19?

## 18 RÅDGIVNING

Læsning af skønlitteratur kan forbedre apotekets rådgivning

## 22

Emnefokus hjælper visitation til compliancesamtaler

## 24 GUIDE

Det skal du vide om diabetes ved ramadan

## 26 Ny viden

## 27

Rundt om håndsprit

## 31 NAVNE

En ansat der rykker



# 18

**LÆSELYST** Læsning af skønlitterære tekster skal hjælpe farmaceuter med at få fokus væk fra tjeklisterne og over på borgeren. Syddansk Universitet afprøver kursus i narrativ medicin.



**Appen er en håndsækning fra apoteket til den enkelte medicinbruger, som slipper for at gå forgæves efter sin medicin på apoteket**

**Jesper Gulev, formand,**  
Danmarks Apotekerforening



# En håndsækning ved medicinmangel

## FORSYNINGSVANSKELIGHEDER

for medicin har i flere år været på dagsordenen i medier, hos patientorganisationer, politikere og myndigheder – og naturligvis også hos os på apotekerne. For selv om langt de fleste borgere forlader apoteket med den medicin, de er kommet for at hente, er mangelsituationer et tilbagevendende problem, som er utilfredsstillende og forårsager utryghed, særligt hvis der er tale om et lægemiddel, der er afgørende for behandlingen af borgerens sygdom.

Nu er der imidlertid hjælp at hente i apotekets nye app, der giver indblik i apotekets lager. I appen kan man se, om ens foretrukne apotek har den medicin, man bruger, på hylde – og hvis ikke, kan man se de to nærmeste apoteker med medicinen på lager i forhold til, hvor man befinder sig, og de to apoteker med medicinen på lager, som er tættest på det apotek, man har valgt som sit foretrukne.

Løser det de globale problemer med forsyningssvigt? Nej, naturligvis ikke. Det er komplekst og kræver en koordineret indsats på internationalt plan. Men appen er en håndsækning fra apoteket til den enkelte medicinbruger, som slipper for at gå forgæves efter sin medicin på apoteket og i stedet kan blive guidet hen på det apotek i nærheden, der i givet fald har medicinen på hylde.

Med appen 'apoteket' leverer vi med andre ord den transparens i apotekernes lagre, som længe har været efterlyst af både

**Med den nye app 'apoteket' leverer apotekerne den transparens i vores lagre, som længe har været efterlyst af både myndigheder, politikere og patientorganisationer.**

Jesper Gulev Larsen,

formand for

Danmarks Apotekerforening



myndigheder, politikere og patientforeninger. Det er god service over for borgerne og en del af vores samfundskontrakt. Apoteker tilknyttet "din apoteker" har den sidste tid haft en lignende funktion, hvilket er taget godt imod af kunder og politikere.

Indsigten i lagre er kun en af flere nyttige funktioner i den nye app, som netop nu lanceres på apotekerne landet over. Appen understøtter og styrker på flere måder den service, man får på apoteket. Som medicinbruger får man et godt overblik over og indblik i den medicin, som lægen har ordineret. Man kan forny recepter, se om medicinen er på lager og bestille medicin til afhentning el-

ler levering. Og så hjælper appens medicinhuskerfunktion en med at tage sin medicin efter lægens ordination.

Og dette er kun begyndelsen. Hvor denne første version af appen især er rettet mod borgere i fast medicinsk behandling, vil nye funktioner og services, der er relevante for en bredere målgruppe, blive føjet til hen ad vejen. Første nye feature er ifølge planen en opkobling til det foretrukne apoteks e-handelsløsning. Og mere følger.

Kunderne efterspørger digitale løsninger nu og i fremtiden. Det skal apoteket kunne levere. Med appen tager vi et stort og vigtigt skridt videre ud af den digitale vej. ●



## Mest læste nyhed på medlemsnettet!

På medlemsnettet blev nyheden om, at apotekeren nu kan **visitere personale** tilhørende gruppe 4 til vaccination mod COVID-19, den mest læste. I alt har der været **640** sidevisninger på nyheden siden 19. februar.

## TOP 3

mest besøgte sider på apoteket.dk

1. Find apotek
2. Antistoftest
3. Letsmerten

## Apoteket rådgiver om gigtsmerter

Hvis man lider af leddegigt, er det vigtigt at følge behandlingen nøje, så man sikrer den bedste virkning og nedsætter risikoen for bivirkninger. En medicinsamtale på apoteket kan hjælpe til gode medicinvaner.

I marts har Danmarks Apotekerforening særlig fokus på kroniske smerter hos voksne med slidgigt og leddegigt.

**HERNINGFOLKEBLAD**

Herning Folkeblad 20. februar 2021

## Vi har i appen e-kvit udviklet et nyt modul, der fungerer som et støtteværktøj, hvis man gerne vil kvitte brugen af nikotinprodukter

**Birthe Søndergaard,**  
sundhedsfaglig direktør i  
Danmarks Apotekerforening,  
i LocalEyes.dk den 17. marts 2021

# 47.655

Så mange brugere har set et opslag på apoteket.dk's facebook-side om robotter på apotekerne.



Apotekerforeningen @Apotekerne

Dialog og rådgivning på @apotekerne kan være svær gennem mundbind, plexiglas, visir og afstand. Men det kan og skal lykkes! Corona må ikke stå i vejen for patientsikkerheden. [#PSugen](https://bit.ly/Farmaci2) [#sundpol](https://bit.ly/sundpol)

10:15 AM · 16. mar. 2021 · Twitter Web App

1 Retweet 1 Citér Tweet 15 Likes



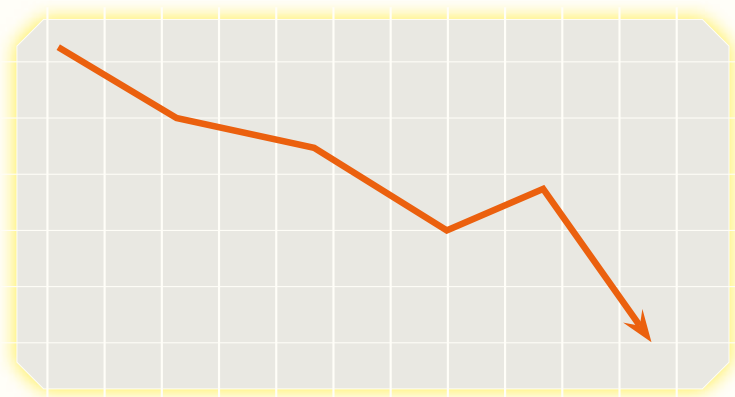
Apoteket.dk 17. februar

ROBOTTER PÅ APOTEKET 🤖

Du tænker måske sjældent over det, men logistikken på apoteket er faktisk mere kompleks – og højteknologisk – end man umiddelbart skulle tro. Der findes over 10.000 forskellige lægemidler på de danske apoteker, og mange af dem skiftes jævnlgt ud. Alligevel går der ofte ikke mange sekunder, fra dit sundhedskort bliver skannet i skranken, til den apoteksansatte står med den rette pakke i hånden. Hvordan kan det gå så hurtigt?

Svaret er avanceret tekn... [Se mere](#)

97 6 kommentarer 38 delinger



## Medicinpriser på historisk lavt niveau

Priserne på medicin faldt igen i 2020 og landede ved årets udgang på historisk lavt niveau. Faldende priser betyder, at regionernes udgifter til apoteksmedicin formentlig falder i år til trods for stigende medicinforbrug.

**De gennemsnitlige priser** på den apoteksforbeholdte medicin er faldet støt de seneste mange år. Efter en kortvarig prisstigning i 2019 på grund af forsyningsproblemer, faldt priserne igen i 2020 til et historisk lavt niveau.

Selv om priserne altså faldt, steg regionernes og patienternes udgifter til medicin i perioden. Det skyldes ikke mindst, at danskernes medicinforbrug var højere i 2020 end i 2019.

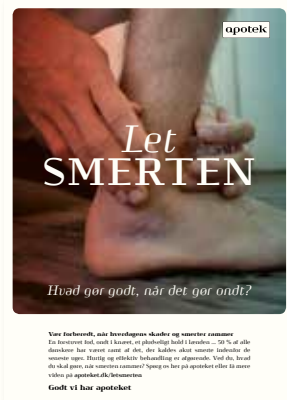
Mængden af solgt tilskudsberettiget medicin steg for eksempel med 15 % fra 2.449 mio. døgndoser (DDD) i 2015 til 2.827 døgndoser i 2020. I samme periode er regionernes udgifter til medicintilskud kun steget med 9 %. De faldende priser betyder altså, at apotekerne kunne udlevere 15 % flere døgndoser, uden

at regionernes udgifter steg lige så meget.

I 2021 kan regionerne, ifølge analysechef i Apotekerforeningen, Per Nielsen, med stor sandsynlighed se frem til faldende udgifter sammenlignet med året før. Hvis priserne på apoteksforbeholdt medicin forbliver på det lave niveau, de var på ved indgangen til 2021, vil det nemlig, alt andet lige, bidrage til et fald i regionernes udgifter til medicintilskud på omkring 5 procent fra 2020 til 2021.

”De lave og stadig faldende priser på apoteksforbeholdt medicin betyder, at det sandsynligvis igen vil være muligt for apotekerne at udlevere mere medicin til danskerne i 2021 uden, at det nødvendigvis vil øge regionernes udgifter til medicintilskud,” siger Per Nielsen. ●

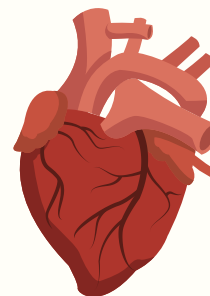
# AV!



I maj skal det handle om, hvordan apoteket kan hjælpe og rådgive om akutte smerter, når anden del af forårets sundhedsfaglige kampanjer kører på apotekerne og online på blandt andet Apoteket.dk og Facebook.

## 40 %

af samtlige døgndoser udleveret på apoteket i 2019 var hjerte-karmedicin.



Kilde: Danmarks Apotekerforening

---

---

≡

## Apotekerne er en naturlig del af sundhedsvæsenet. Vi politikere må anerkende, at apotekerne er et led i sundhedskæden. Uden dem er der et 'missing link'

**Jørgen Bekkevold,**  
Kristeligt Folkeparti,  
leder af Stortingets helse- og omsorgskomite i Norge til en debat om de norske apotekers fremtid



## Ny film om dosispakket medicin

Apotekerforeningen har lavet en ny borgerrettet animationsfilm, der på en nem måde forklarer, hvad dosispakket medicin er, og om fordelene for den enkelte.

Filmen ligger på [Apoteket.dk](http://Apoteket.dk).

## DENGANG

### ...medicinsk plaster blev kogt i en pande

I starten af 1900-tallet var medicinsk plaster noget ganske andet end det medicinske plaster, som vi kender i dag. Dengang blev medicinsk plaster fremstillet i en lille plasterpande under syden og boblen. Grundmassen i medicinske plastre bestod i almindelighed af harpikser tilsat voks eller fedtstoffer, som blev sammensmeltet i plasterpanden – om muligt på vand- eller dampbad. Herefter tilsattes pulveriserede, faste lægemiddelstoffer, der var uopløselige i grundmassen, og efter delvis afkøling eventuelle flygtige lægemiddelstoffer. Når plastermassen var passende afkølet, kunne den dispenseres på forskellige måder. Eksempler kunne være "langsomt trækende spansk flueplaster" og "Gud Haands Plaster".



Det medicinske plaster fik en renaissance i 1990'erne, hvor moderne teknologi muliggjorde fremstilling af medicinske plastre, som frigav lægemiddelstoffer gradvist via absorption gennem huden og ind i blodbanen. Dermed opnåede brugeren en jævn koncentration af lægemiddelstoffet uden at skulle tænke på indtagelse af medicin på bestemte tidspunkter af døgnet.

Vi kender det moderne medicinske plaster fra nicotinplaster, hormonplaster og smertestillende plaster. Desuden findes der medicinske plaster til lokal anvendelse i forbindelse med bedøvelse af huden.

Foto: Dansk Farmacihistorisk Fond





# Apoteket skal klædes på til at hjælpe svært overvægtige

17 % af alle danskere har svær overvægt, og problemet er stigende. Apotekerforeningen og Landsforeningen for Overvægtige indleder nu et samarbejde, der skal nedbringe stigma og klæde apotekernes personale på til at hjælpe dem, der søger hjælp på apoteket. Det skal i sidste ende få flere til at søge hjælp.



**Overvægt er et stigende sundhedsproblem, som vi selvfølgelig skal være med til at håndtere**

**Birthe Søndergaard,**  
sundhedsfaglig direktør,  
Danmarks Apotekerforening

**OMKRING HALVDELEN** af alle danskere er overvægtige, og 17 % lever med svær overvægt. Det vil sige, at de har en BMI på over 30. Problemet har været stigende gennem mange år, og det stiger fortsat – ikke mindst i disse COVID-19-tider, hvor manges hverdag er præget af inaktivitet.

”Svær overvægt har ikke alene store personlige omkostninger. Det er også den vigtigste årsag til udvikling af kroniske sygdomme og multisygdom, og det er en af de vigtigste årsager til social ulighed i sundhed,” siger Per Nielsen, der er formand for Landsforeningen for Overvægtige. Foreningen arbejder for at nedbringe den stigmatisering, svært overvægtige er udsat for, samt øge forståelsen for årsagerne til, at man udvikler svær overvægt. Foreningen har også fokus på, hvad det vil sige at leve et liv med svær overvægt, og vil sikre, at tilbuddene til dem, som lever med svær overvægt, bliver markant bedre.

Derfor har foreningen netop indledt et samarbejde med Danmarks Apotekerforening, der skal sætte apotekerne i stand til bedre at forstå og hjælpe personer med svær overvægt. Initiativet skal i sidste ende få flere mennesker, som har svær overvægt, til at søge hjælp.

”Mange svært overvægtige lider af følgesygdomme, der kræver medicinsk behandling. Derfor har de deres vante gang på apoteket, og det er et naturligt sted at søge hjælp. Men for personalet kan det være svært at tage hul på samtalen om svær overvægt, og det er ikke altid, man på apoteket har det fulde overblik over de hjælpemuligheder, der er i lokalområ-

det. Derfor ser vi frem til dette spændende samarbejde, der skal sikre bedre viden og kompetencer blandt apoteks personale. Overvægt er et stigende sundhedsproblem, som vi selvfølgelig skal være med til at håndtere,” siger Birthe Søndergaard, der er sundhedsfaglig direktør i Apotekerforeningen.

## Møde med apoteker

Helt konkret vil medlemmer af Landsforeningen for Overvægtiges patientråd i løbet af foråret mødes med personalet på 5-10 apoteker i de hårdest ramte kommuner og fortælle om, hvad det vil sige at leve med svær overvægt, og hvordan apotekerne kan bidrage til at nedbringe stigma og evt. få flere til at søge hjælp. Også en repræsentant for kommunen vil blive inviteret med for at orientere om de kommunale tilbud.

På baggrund af disse erfaringer bliver der udarbejdet undervisningsmaterialer til brug på apotekerne, der bl.a. skal vise, hvordan man kan tage hul på den svære samtale om svær overvægt. Dernæst gennemføres en oplysningskampagne over for borgerne i de udvalgte kommuner, før det senere rulles ud til apotekerne i hele landet.

Samarbejdet mellem Danmarks Apotekerforening og Landsforeningen for Overvægtige udspringer af Overvægtsalliancen, der er blevet til på initiativ af blandt andre Novo Nordisk.

MWH





# Frigør potentialet i dit apotek

Den digitale forbruger er her. Lad BD Rowa Technologies støtte dig i overgangen til den digitale apoteksverden.

## Fordelene ved automatisering er enorme.

Lever omkostningseffektive recepttjenester med Rowa Technologies. Øg kapaciteten, frigør kapital der er bundet i varelagre, og reducer spild til næsten ingenting.

Og med Rowa Technologies er der mere endnu. Rowa letter dine første skridt ind i den digitale verden med en netværksportefølje af produkter: fra automatisering af medicinudlevering til butiksudstillinger- og digitale skærme i butiksvinduet.

Kontakt:

Henrik Walter, mobil: 61 27 08 08, e-mail: [henrik.walter@bd.com](mailto:henrik.walter@bd.com)

[bd.com/rowa](http://bd.com/rowa)

Rowa® Technologies



### Rowa® Vmax

En intelligent løsning til opbevaring og udlevering



### Rowa Vmotion®

En fleksibel, interaktiv udstilling til håndkøbsmedicin og selvbetjening

NYHED

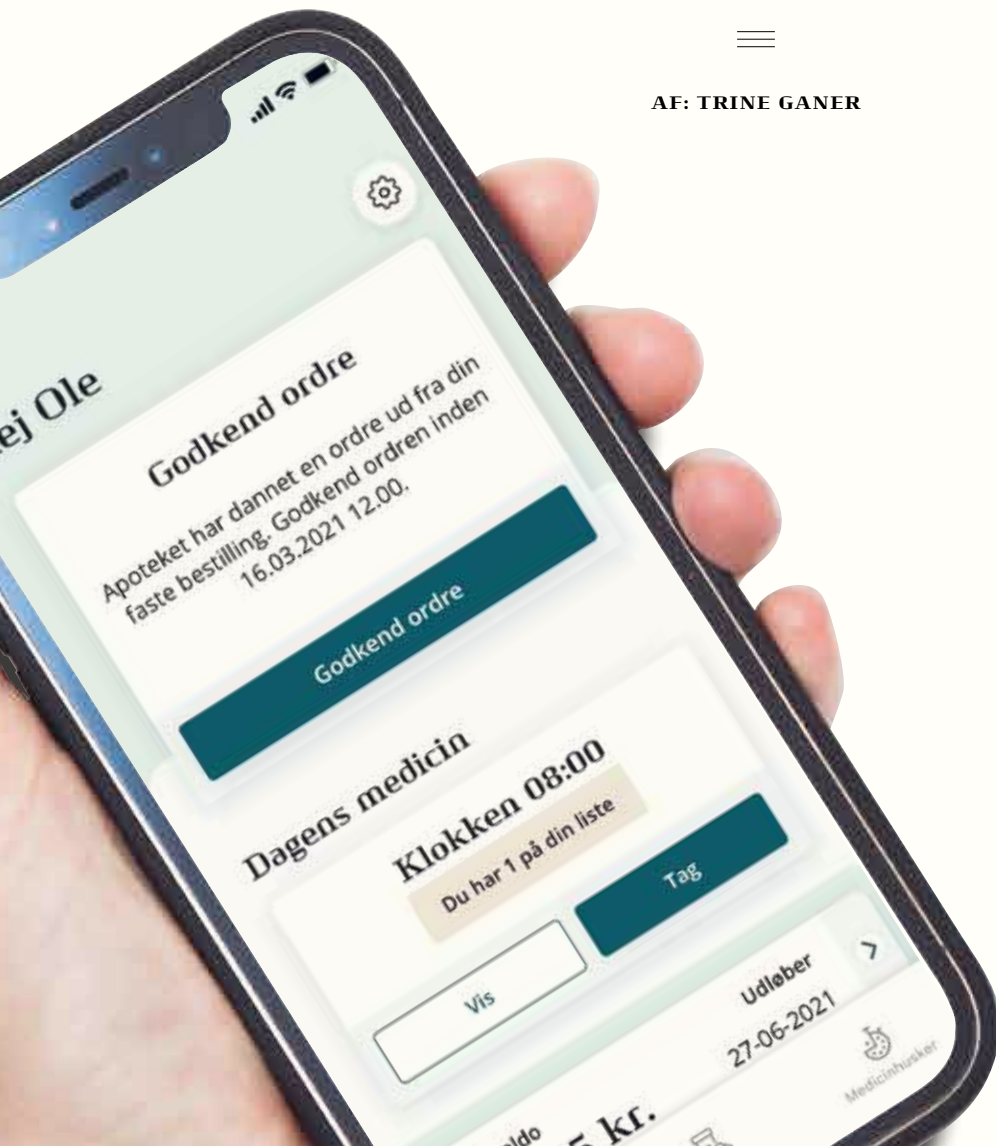


NY APP

# Apotekerne klar til lancering



AF: TRINE GANER





I den kommende tid skal kunder og apoteker i gang med at bruge apotekets nye app, som bliver en helt ny digital forbindelse mellem borgerne og det fysiske apotek. Farmaci har talt med tre af apotekerne fra app-panelet om, hvorfor de glæder sig til at vise kunderne den nye app.

**B**ag skranken på Nørresundby Apotek har der ligget en liste, som igennem de sidste uger er blevet stadig længere. Listen indeholder navne og telefonnumre på de kunder, som har skullet kontaktes, når appen 'apoteket' var klar til lancering.

"Medarbejderne har simpelthen glædet sig så meget, at de begyndte at fortælle kunderne om appen, flere uger før den var lanceret," griner apoteker Rikke Løvaas fra Nørresundby Apotek, der som medlem af app-panelet har været med til at udvikle og teste fra den spæde start.

Da Farmaci taler med Rikke Løvaas, er der endnu et par uger til appen frigives, men når bladet her udkommer, skulle den ifølge planen ligge til download i App Store og Google Play.

Med appen får apotekets kunder et helt nyt digitalt tilbud, som understøtter den service, de får på apoteket. Blandt andet kan man forny recepter, se tilskudsstatus og pris, oprette en fast bestilling på medicin og få hjælp til at tage medicinen rigtigt.

Og det er funktioner, som kunderne vil tage godt imod, forventer Rikke Løvaas. Hun fremhæver muligheden for at oprette en fast bestilling på sin receptpligtige medicin.

"Det er rigtig god service, at kunderne kan bestille deres receptpligtige medicin, så de ved, at den ligger klar til dem, når de kommer ned for at hente den. De behøver ikke at gå forgæves. Og de kan se, om vi har produktet på lager. Det er en stor fordel for kunden," siger hun.

### **Nemmere dialog om substitution**

For farmakonom på apoteket, Anja Egemose, er en af de største fordele, at dialogen omkring substitution bliver nemmere, når man forhåbentlig snart kommer til at kunne se billeder af alle pakningerne inden for en substitutionsgruppe.

"Det bliver en kæmpe fordel, når man kommer til at kunne se billeder af pakningerne. Mange er jo meget visuelle og kan

## **Funktioner i appen**

Appen samler mange funktioner. Her er syv af de muligheder, som borgeren får i den nye app. Man kan blandt andet:

- 1 Forny recepter.**
- 2 Få et nemt overblik** over aktuelle ordinationer og recepter.
- 3 Oprette en fast bestilling** på sin medicin og få det leveret til afhentning på apoteket eller sendt hjem.
- 4 Få overblik** over substitutionsmuligheder inkl. priser. I appen vises på sigt billeder af de forskellige pakninger, hvilket gør det nemmere at orientere sig.
- 5 Få hjælp** til at tage sin medicin rigtigt med appens medicinhuskerfunktion, der trækker på informationer om lægens ordination i FMK.
- 6 Se, om ens foretrukne apotek** har den medicin, man skal bruge, på lager.
- 7 Se, om andre apoteker** i nærheden af, hvor man befinder sig, eller i nærheden af det foretrukne apotek, har medicinen på lager.



> **Når kunderne har kigget i appen hjemmefra, er de klædt langt bedre på, når de kommer ned på apoteket, og vi kan på den måde bruge tiden med kunden på rådgivning**

**Rikke Løvaas,**  
apoteker,  
Nørresundby Apotek



**Det er ikke kun yngre, der efterspørger en app. Det gælder alle aldersgrupper. Folk vil have convenience og overblik. Det får de her**

**Claude Lützen,**  
apoteker, Buddinge Apotek  
og Søborg Apotek



ikke huske navnet, men de kan huske, hvordan pakningen ser ud. Og så er det en god service, at man kan se den aktuelle pris på medicinen,” siger Anja Egemose.

Rikke Løvaas er enig.

”På apoteket bruger vi hver dag meget tid på at forklare substitutionssystemet. I appen bliver det visuelt, så det bliver nemt at forstå for kunderne, og de kan orientere sig i appen, inden de kommer ned på apoteket,” siger hun.

**Gode kundeoplevelser**

Netop det, at kunderne kan forberede sig på deres apoteksbesøg hjemmefra, ser Rikke Løvaas som en stor fordel.

”Når kunderne har kigget i appen hjemmefra, er de klædt langt bedre på, når de kommer ned på apoteket, og vi kan på den måde bruge tiden med kunden på rådgivning,” siger Nørresundby-apotekeren.

Hun forventer, at det kommer til at kræve en stor indsats i den kommende tid at få forklaret kunderne om appen. På hendes apotek kommer de til at hjælpe kunderne med at få den installeret, selv om det kræver tid. Det havde de gode erfaringer med, da medicinkortappen skulle udbredes.

”Når man hjælper kunden med at installere og forklare, er man på tomandshånd, og man får en utrolig positiv feedback. Det er den slags gode kundeoplevelser, der gør, at kunderne kan lide at komme på apoteket. Det giver loyalitet, siger Rikke Løvaas.

**Ud af starthullerne**

Claude Lützen, hvis apoteker i Buddinge og Søborg også har været med til at teste, ser også frem til at komme ud over stepperne med den nye app.

”Vi har set, hvor godt det gik med medicinkortappen, og den nye app her har endnu flere funktioner. Jeg er ikke i tvivl om, at kunderne kommer til at tage godt imod den,” siger han.

Når man som kunde logger på for første gang, skal man vælge et foretrukket apotek, som man derefter fast er koblet op på. Og selv om man efterfølgende kan skifte til et andet, betyder den funktion, at det er vigtigt for det enkelte apotek at komme ud af starthuller-

ne. Det gælder også hos Claude Lützen.

”Nu skal vi bare i gang og have kunderne til at vælge vores apotek som det foretrukne. Og det er ikke kun yngre, der efterspørger en app. Det gælder alle aldersgrupper. Folk vil have convenience og overblik. Det får de her,” siger Claude Lützen.

**Også til de ældre**

Hos Rikke Løvaas i Nørresundby er der heller ingen tvivl om, at appen også skal markedsføres til de ældre medicinbrugere.

”De ældre kan sagtens lære at bruge appen. Deres udfordring handler typisk om at få den installeret. Men når de først er på, så kører det,” siger Rikke Løvaas.

En anden apoteker, som har været med fra de tidligere faser, er Helle Steen Sørensen fra Herning Østergade Apotek. Ifølge hende ligger der en stor indsats forude.

”Jeg ser så meget frem til, at vi nu skal i gang med at fortælle kunderne om vores nye app. Det kommer til at kræve en benhård indsats af os på apoteket, for folk finder den jo ikke af sig selv. Vi skal være klar med de gode argumenter. Og de er der heldigvis. Jeg tror, at mange vil se det som en god service, at de kan se, om deres medicin er på lager og bestille den til levering lokalt,” siger Helle Steen Sørensen.

I hendes øjne er det en stor fordel, at det er apotekernes egen app.

”Jeg synes, at det er en stor fordel, at det her er vores egen app. Det giver os mulighed for at påvirke den fortsatte udvikling af funktionerne,” siger Helle Steen Sørensen.

Med lanceringen af appen er apotekernes digitale app-rejse da også kun lige begyndt. Appen skal løbende udvikles og tilføjes nye funktioner. Næste gang bliver ifølge planen inden sommer, hvor det enkelte apotek får mulighed for at linke sømløst op til sin e-handelsløsning i appen. ●





# OptiFibre®

TARMREGULERENDE MED DOBBELT EFFEKT

## 1 Modvirker forstoppelse

Blødere afføring og bedre tarmmotorik<sup>1</sup>

## 2 Genopretter tarmmikrobiotaen

Præbiotiske fibre<sup>2</sup>



OptiFibre® er en fødevarer til særlige medicinske formål til ernæringsmæssig håndtering af patienter med motoriske problemer i mave-tarmpassagen, som f.eks. forstoppelse.

OptiFibre® kan købes på apoteket, hos Simonsen & Weel (tlf. 70 25 56 10), MEDIQ Danmark A/S (tlf. 36 37 91 30) eller DanuCare (tlf. 71 99 47 10). Hospitaler bestiller hos Nestlé's Kundeservice på mail [ordre@dk.nestle.com](mailto:ordre@dk.nestle.com). Ved spørgsmål kan Kundeservice kontaktes på tlf. 35 46 03 20.

<sup>1</sup> Rao TP, Quatarone G. Role of guar fiber in improving digestive health and function. *Nutrition* 2018.  
<sup>2</sup> Slavin J. Fiber and Prebiotics: Mechanisms and Health Benefits. *Nutrients* 2013; 5: 1417-1435.

For sundhedsfagligt personale



## Generalforsamling i Det pharmaceutiske Understøttelsesselskab

Tirsdag den 18. maj 2021 kl. 10.30

afholdes der Generalforsamling i Det pharmaceutiske Understøttelsesselskab.

Generalforsamlingen afholdes i Danmarks Apotekerforenings lokaler, Bredgade 54, København K., såfremt Corona situationen tillader det

### Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Beretning om selskabets virksomhed i det forløbne år.
3. Forelæggelse af regnskab.
4. Beslutning om discharge for bestyrelsen.
5. Fastsættelse af kontingent for det kommende år.
6. Valg af to medlemmer til bestyrelsen.
7. Valg af to suppleanter for bestyrelsesmedlemmerne.
8. Valg af to revisorer og en suppleant for disse.
9. Behandling af forslag.
10. Eventuelt.

Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal indsendes til formanden,

Apoteker Poul Nissen,  
Apoteket Trianglen,  
Ndr. Frihavsgade 3, 2100 København Ø,

inden den 14. maj 2021.

# Apotekerne sætter igen fokus på HPV-vaccination

Sammen med Kræftens Bekæmpelses lokalforeninger informerer apotekerne igen i år om fordelene ved HPV-vaccination i uge 35. Både apoteker og de frivillige i Kræftens Bekæmpelses lokalafdelinger var glade for sidste års samarbejde, viser evaluering.

Af: Trine Ganer

**'STOP HPV – BLIV VACCINERET'**. Det er budskabet i den informationsindsats om HPV-vaccination, som Kræftens Bekæmpelse står bag sammen med Sundhedsstyrelsen og Lægeforeningen, og som bakkes op af en række andre organisationer, heriblandt Apotekerforeningen.

En uge om året er apotekerne med, når de sammen med frivillige fra Kræftens Bekæmpelses lokalforeninger uddeler informationsmateriale og går i dialog med borgerne om HPV-vaccinen. 110 apoteker landet over deltog sidste år, da HPV-ugen for første gang var landsdækkende.

Og apotekerne var generelt glade for samarbejdet. Det viser evalueringen af sidste års HPV-uge, ifølge projektmedarbejder hos Kræftens Bekæmpelse, Trine Skovlund Bentzen.

"Evalueringen viser, at apotekerne deltager i samarbejdet, fordi de mener, at de har en vigtig rolle som formidlere af sundhed og forebyggelse. De er glade for samarbejdet med vores frivillige, og som en bonus fremhæver flere, at de får opkvalificeret deres viden om HPV-vaccination," siger Trine Skovlund Bentzen.

## Lokal forankring

Også set fra Kræftens Bekæmpelses perspektiv giver samarbejdet mening.

"Apotekerne har faguddannet personale, og så har de en god kontakt til deres kunder. Vi vil gerne have HPV-indsatsen forankret lokalt, fordi vi på den måde kan komme i dialog med bl.a. forældre til de børn, der kan få gratis HPV-vaccination. Det hjælper samarbejdet med apotekerne os med," siger Trine Skovlund Bentzen.

Formålet med HPV-ugen, der løber af stablen i uge 35, er at udbrede nuanceret og faktabaseret information om vaccinen, der kan beskytte mod kræft, og dermed få flere til at vælge at få deres børn HPV-vaccineret. ●

**KLART TIL DIALOG** Fra Kræftens Bekæmpelse er det her Julie Mortensen og Mathilde Storgård Bek foran Enghave Apotek til sidste års HPV-uge.



## Mange flere bliver igen vaccineret

Historier i medierne skabte i en periode mistillid til HPV-vaccination i Danmark. Det er lykket at genvinde tilliden til vaccinen.

2018

40%

af de 14-årige piger har fået begge stik

2021

76%

af de 14-årige piger har fået begge stik

## Store lokale forskelle

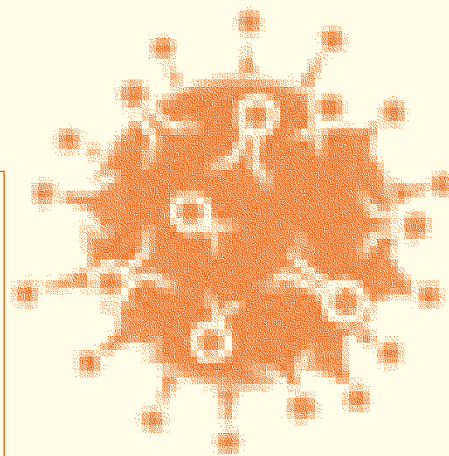
Der er store lokale forskelle på, hvor mange børn der får HPV-vaccinen. Ishøj og Lolland Kommuner ligger i bunden med kun hhv. **59** og **66** % af de 14-årige piger, der har fået begge stik. I toppen ligger Solrød Kommune og Odder Kommune, hvor tallene er hhv. **86** og **84** %.

KILDE: KRÆFTENS BEKÆMPELSE

## Tilmeldingsfrist 1. maj!

Apoteker, der vil være med til støtte op om forebyggelse af kræft ved at udbrede viden om HPV-vaccination, kan melde sig på medlemsnettet inden 1. maj.

Her kan man tilkendegive, om man ønsker at lokale frivillige fra Kræftens Bekæmpelse, hvis det er muligt, kommer ud på apoteket.



**VACCINATIONEN AF MEDARBEJDERNE** på landets apoteker er i gang. Siden starten af marts er de sammen med det øvrige personale i sundheds- og ældresektoen blevet tilbudt vaccination mod COVID-19. På apotekerne er det medarbejdere, der leverer sundhedsydelser med tæt fysisk kontakt til kunderne, som kan indstilles til vaccination.

*Ved redaktionens slutning var vaccinationerne sat i stå på grund af myndighedernes pausering af AstraZeneca-vaccinen.*

## Hvad har det betydet for dig at blive vaccineret mod corona?



### Lena Fredsted Jensen, farmakonom på Frederikssund Apotek:

"Jeg blev tilbudt vaccinen, fordi jeg arbejder med TPI. Men jeg tager også mål til støttestrømper og kommer tæt på kunderne i andre situationer – f.eks. når de skal have en forbinding til et håndled eller en brækket arm. Jeg møder hver dag omkring 130 kunder, og det er ikke alle, der tager forholdsreglerne mod coronasmitte lige seriøst. Nogle kommer også med symptomer på corona, selvom de ikke må. Det vil jeg ikke risikere at tage med hjem, så der er dele af min familie, jeg ikke har set i over et år. Dem har jeg savnet!"



### Lone Søndergaard, souschef på Århus Viby Apotek:

"Vaccinen er vigtig, for så kan jeg bedre passe på mig selv, på kollegerne, på kunderne og på min familie. Jeg vaccinerer, laver antistoftests, gennemfører TPI og andre sundhedsydelser, og så næsepoder jeg mine kolleger hver uge. Det giver mig trykthed i mit arbejde at vide, at jeg ikke kan blive smittet. Men jeg kan jo fortsat være smittebærer, så vaccinationen mod corona får mig ikke til at agere anderledes i hverdagen. Vaccinationerne betyder også, at vi driftsmæssigt ikke risikerer at blive lagt ned på apoteket, fordi en tredjedel af medarbejderne har fået corona eller er nær kontakt til en smittet. Så det er en bekymring mindre."



### Asim Naqvi, farmakonom på Rødovre Apotek

"Jeg blev tilbudt vaccinen inden mine kolleger på apoteket, fordi jeg ved siden af mit job på apoteket har meldt mig som vaccinatør i Region Hovedstaden. Det er vigtigt for mig at bidrage, hvor jeg kan, og det er fantastisk at være en del af en indsats, hvor borgerne er så glade og begejstrede for at få vaccinen. Apotekerne kan glæde sig til at blive en del af vaccinationsprogrammet! Jeg føler mig mere sikker nu, når jeg står og vaccinerer. Det gælder også på apoteket, hvor jeg vaccinerer mod både influenza og pneumokok. Desuden er det ikke alle kunder, der holder den afstand, de skal – og man ved jo ikke, om nogen af dem er smittede. Jeg bliver dog stadig, som det anbefales, testet et par gange om ugen, for vaccinerne jo ikke 100 % sikre."



### Tue Askaa, apoteker på Øresunds og Østerbro Apotek

"På mine apoteker er hele det faglige personale blevet vaccineret, da alle arbejder med vaccination, antistoftests og sundhedsydelser. Det gør jeg også selv. For mig betyder tilbuddet om vaccination rigtigt meget, da det er en anerkendelse af, at vi er en del af sundhedsvæsenet. Men det er også utroligt rart at blive beskyttet, for apotekerne er de eneste, der ikke kan bede folk om at bestille tid. De svage borgere kan ikke ekspederes på distancen, og det er i høj grad vores opgave at tage hånd om de svage. Nu kan vi gøre det uden at risikere at smitte andre kunder og tage smitten med hjem til familien."



# Rowa<sup>®</sup> Technologies Fremtiden inden for apoteker

**Lad BD Rowa støtte dig i overgangen til den digitale apoteksverden**

- ✓ Centraliseret kontrol af alle digitale Rowa-systemer
- ✓ Kompatibel med alle løsninger fra Rowa samt andre producenter
- ✓ Enkelt design på webportalen vCloud

**For flere oplysninger kontakt:**

Henrik Walter

Mobil: 61270808

e-mail: [henrik.walter@bd.com](mailto:henrik.walter@bd.com)

Rowa<sup>®</sup> Technologies





### Rowa®-opbevaringssystemer

Intelligente løsninger til opbevaring og udlevering i apoteker. Drag fordel af 20 års erfaring fra mere end 6.500 installationer i hele verden.

---



### Rowa Vmotion®

Et fleksibelt, interaktivt præsentationværktøj som fremviser produkter, tilbud og reklamer til kunder i apoteket.

---



### Rowa Vpoint™

Selvbetjeningsterminal som giver kunder adgang til vigtig information samt til at betjene dem selv inde i apoteket.

---

**Mere innovation på vej fra Rowa Technologies:**

**Rowa Vshelf™** - Direkte salg via QR-kode udenfor apoteket.



# LÆSNING AF SKØNLITTERATUR SKAL GØRE FARMACEUTER BEDRE TIL AT LYTTE

Lige nu afprøver Syddansk Universitet et kursus i narrativ medicin, hvor læsning af skønlitterære tekster skal hjælpe farmaceuterne med at få fokus væk fra tjeklisterne og over på borgeren.



AF: TRINE GANER  
ILLUSTRATION: MAI-BRITT AMSLER





**M**ange af os læser bøger, når vi skal slappe af. Vi bliver underholdt og kobler fra. Men at skønlitteratur også kan bruges til at styrke kommunikationen mellem sundhedsprofessionelle og borgerne, vil nok være nyt for de fleste.

Ikke desto mindre er det udgangspunktet for feltet narrativ medicin, hvor man bruger blandt andet 'nærlæsning' af skønlitterære tekster til at træne sundhedsprofessionelles evne til at lytte bedre til patienten.

"Inden for narrativ medicin øver man sig i at være lydhør over for detaljer i det, patienten siger, både det fortalte og det ufortalte. Hvad ligger der for eksempel bag, når en borger siger, at hun ind i mellem glemmer at tage sin medicin? Det kræver empati og opmærksomhed at forstå," siger Ulla Hedegaard, der er lektor ved Klinisk Farmakologi, Farmaci og Miljømedicin på Syddansk Universitet.

## Systematiske mennesker

Hun undersøger i øjeblikket sammen med kollegaer muligheden for at udvikle et kursus i narrativ medicin til farmaceuter, hvor man bruger blandt andet læsning af skønlitterære tekster til at styrke farmaceuternes empathiske færdigheder.

"Farmaceuter er uddannet til at være meget systematiske, så når de har en tjekliste over information, som skal gives til borgeren – for eksempel i forbindelse med en medicinsamtale – vil det oftest være den, de tager udgangspunkt i. Det kan betyde, at man glemmer at lytte til borgeren," siger postdoc på Syddansk Universitet Trine Graabæk Hansen, der også er med i projektgruppen.

Konsekvensen kan være, at farmaceuten får afgivet en masse vigtig information, men at den ikke bliver modtaget.

"Hvis farmaceuten ikke lytter, kan der ske det, at borgeren bliver passiv og bare siger "ja ja". Man får overleveret informationen men mangler aktivt at inddrage og involvere borgeren i beslutningen om sin egen behandling, siger Trine Graabæk Hansen.

I sommer afholdt hun og hendes kollegaer et todages prøvekursus med deltagelse af seks apoteksfarmaceuter og to sygehusfarmaceuter.

## At fange det usagte

En af dem er Sonja Paltoft, der dengang var farmaceut og sous-chef på Borup Apotek. Hun sagde ja til at komme med på kurset, fordi det lød spændende og anderledes.

"Jeg kan godt lide, at vi får inspiration udefra. Vi er meget stringente inden for apotekssektoren. Det her er en helt ny måde at anskue tingene på. Vi har altid praktiseret aktiv lytning, men det her er en anderledes vinkel på det, blandt andet fordi det meget handler om at fange det usagte," siger Sonja Paltoft.

Især højt læsningsøvelserne, hvor kursisterne læste passager fra tekstantologien "Syg litteratur" (Munksgaard, 2018) højt for



## KURSUS I NARRATIV MEDICIN FOR FARMACEUTER

**Afdeling for** Klinisk Farmakologi, Farmaci og Miljømedicin ved Syddansk Universitet undersøger lige nu, om narrativ medicin kan bruges i uddannelsen af farmaceuter.

**I juni** gennemførte man et prøvekursus på to dage. Seks apoteksfarmaceuter og to sygehusfarmaceuter deltog. Kurset indebar læsning af skønlitterære tekster om sygdom, både alene og i form af højt læsningsøvelser på kurset samt skriveøvelser.

**Evalueringen** af kurset var positiv, og alle deltagere mente, at kurset var relevant for deres arbejdsliv, både i primærsektoren og i sekundærsektoren.

**Data er ikke** færdiganalyseret men tyder på en positiv udvikling i empati. Større studier er dog nødvendige for med sikkerhed at kunne vise en effekt.

**Kurset testes** på en gruppe af 35 farmaceuter dette forår, hvor patienters syn på medicinsamtalerne med farmaceuterne også evalueres. Kurset bliver holdt af to omgange. Første online kursusrække er allerede i gang. Anden kursusrække kommer til maj.





hinanden, var øjenåbnende, oplevede hun. Teksterne beskæftiger sig alle med sygdom set fra patientens personlige perspektiv.

”Der skete noget, når vi læste højt fra teksterne og skærpede opmærksomheden på de sproglige detaljer. Det blev meget tydeligt, at hele betydningen kan ligge i et enkelt ord – eller i det, som ikke bliver sagt. Det kræver fordybelse og nærvær at opfatte. Hvis man misser en enkelt linje, kan man misse hele betydningen,” siger Sonja Paltoft.

Den øvelse kan man godt overføre på hverdagens møder med borgerne på apoteket, synes hun.

Som forberedelse til kurset skulle deltagerne også skrive en tekst om et konkret møde med en borger fra deres egen hverdag. Senere blev de bedt om at skifte perspektiv og beskrive samme situation set fra borgerens sted.

”Det blev tydeligt, hvor forskelligt borgeren og jeg som farmaceut kan opleve den samme situation,” siger Sonja Paltoft.

### Del af lægeuddannelsen

Og det er her, at metoderne fra narrativ medicin kan hjælpe den sundhedsprofessionelle med at skifte position. Det forklarer Anders Juhl Rasmussen, der er lektor i narrativ medicin på Institut for Kulturvidenskaber ved Syddansk Universitet

”I mødet med kunsten åbnes vores forståelse for verden. Vi møder andre perspektiver end vores eget,” siger han.

Anders Juhl Rasmussen underviser i narrativ medicin på et obligatorisk kursus på lægeuddannelsen på Syddansk Universitet. Kurset skal styrke de kommende lægers evne til at rette fokus mod patientens historie, sprog og perspektiv. Han er også med i projektet, der afprøver metoden på apoteksfarmaceuter, og han underviste de otte farmaceuter på prøvekurset i sommer. Her oplevede han deltagerne som nysgerrige og engagerede, men også uvante med at blive undervist i et helt nyt felt.

”Det er naturligt nok en udfordring at blive undervist i en humanistisk disciplin, når man kommer fra et helt andet udgangspunkt. Inden for den humanistiske videnskab er der ikke et resultat med to streger under. Der er ofte flere spørgsmål end svar,” siger han.

Og hvis man skal have noget ud af at nærlæse litteratur og skrive kreativt, kræver det, at man investerer noget af sig selv.

”Man skal række ud efter teksten og turde udfordre sine egne fordomme. I litteratur og anden god kunst får vi nedbrudt fordomme og stereotyper. Det skal man selv erkende og opleve, når man læser teksten. Det handler om at forstå og genkende, ikke om at vide og forklare. Og det er jo ofte noget helt andet end inden for sundhedsvidenskab,” slutter Anders Juhl Rasmussen.

Om den narrative medicin fremover skal indgå som en del af undervisningen på farmaceutstudiet, og måske også tilbydes som efteruddannelseskursus i Pharmakon-regi, skal afklares i det videre projekt. ●

## HVAD ER NARRATIV MEDICIN?

**Narrativ medicin** er et tværfagligt felt, hvor nærlæsning af skønlitteratur og kreativ skrivning bruges til at træne sundhedsprofessionelles evne til at lytte til patienten og opfatte, hvad vedkommende fortæller – både direkte og indirekte. Metoden kan hjælpe til at sætte patienten i centrum ved at lægen, sygeplejersken eller apoteksfarmaceuten bliver bedre til at lytte og danne fællesskab.

**Feltet bygger** på en præmis om, at vores empati og forståelse for andre mennesker styrkes og trænes i et metodisk stringent møde med kunst. Ofte benyttes skønlitteratur, der beskæftiger sig med sygdom, men det kan også være for eksempel billedkunst, film eller musik, og det behøver end ikke at handle om sygdom for at være virkningsfuldt.

**Lektor ved** Institut for Kulturvidenskaber ved Syddansk Universitet, Anders Juhl Rasmussen, er den førende forsker og underviser inden for området i Danmark.

### Er du interesseret?

Er du blevet nysgerrig og måske interesseret i at deltage i kurset til maj, kan du kontakte Trine Graabæk Hansen på: [tgraabaek@health.sdu.dk](mailto:tgraabaek@health.sdu.dk).



## COMPLIANCESAMTALER

# Fokus på særlige temaer hjælper visitation

Målrettet fokus på bestemte temaer i afgrænsede perioder kan gøre det lettere at visitere til compliancesamtaler. Det viser erfaringer fra flere apoteker. Apotekerforeningen støtter op om idéen og lægger nu med fast frekvens forslag til temaer ud på medlemsnettet.

AF: KIM ANDREASEN

**I**tre år har apotekerne kunnet tilbyde kunder med en kronisk sygdom en compliancesamtale, og i februar i år blev der med 968 samtaler sat ny rekord. Men samtalerne giver fortsat udfordringer for mange. For hvordan er det lige, at man bliver opmærksom på borgere med kronisk sygdom, der ville have god hjælp af en compliancesamtale til at få etableret gode medicinvaner, så deres medicinske behandling kan lykkes? Og hvad gør man, når kunden ikke selv giver udtryk for at have en udfordring?

## Simpelt og konkret

For at hjælpe visitation til compliancesamtalen på vej har flere apoteker haft glæde af at udvælge nogle helt konkrete områder for compliancesamtalen, som man har sat fokus på i en periode.

Et af de steder er Esbjerg Jerne Apotek, hvor Anne Kahns er apoteker.

“Det kan være svært at visitere til en compliancesamtale. Man skal være god til både at lytte og stille de rigtige spørgsmål, og der er et hav af kendte complianceproblemer at tage fat på. Vi tænkte, at det kunne hjælpe at målrette indsatsen. Derfor prøvede vi at gøre det simpelt og konkret ved at fokusere på en enkelt ting i en periode - nemlig brug af Panodil Retard 665 mg”, fortæller Anne Kahns.

Her kunne apoteket spørge kunderne, hvornår på døgnet de indtog medicinen, og om de oplevede smerter, som medicinen egentlig skulle afhjælpe. På den måde kunne det afklares, om kunden nu også tog medicinen som foreskrevet.

“Vi havde gode erfaringer med at gøre det på den måde. Vores personale følte sig hjulpet af metoden. Den giver dem mere mod på at spørge kunderne om andre ting”, siger Anne Kahns.

Inspireret af bl.a. Esbjerg Jerne Apotek har Apotekerforeningen udviklet et kon-



**Vi havde gode erfaringer med at gøre det på den måde. Vores personale følte sig hjulpet af metoden. Den giver dem mere mod på at spørge kunderne om andre ting**

**Anne Kahns,**  
apoteker, Esbjerg Jerne Apotek

kret værktøj, som skal hjælpe apotekerne med at få visiteret borgerne til compliancesamtalerne.

Værktøjet består af to skemaer. Ét med fokus på kroniske sygdomme inkl. lægemiddelbehandling og ét med fokus på tegn på non-compliance. Tanken er, at man på det enkelte apotek i en gi-

ven periode sætter fokus på dels en konkret kronisk sygdom, dels forskellige situationer, hvor der kan være risiko for non-compliance.

Apotekerforeningen giver hvert kvartal forslag til områder, som apotekerne kan sætte fokus på. I første kvartal 2021 blev forhøjet blodtryk eksempelvis foreslået som den kroniske sygdom i fokus. Som emne for non-compliance foreslog Apotekerforeningen borgeren, der får flere forskellige lægemidler med flere forskellige doseringer.

I skemaerne er der en række idéer til spørgsmål, man kan stille til kunderne, så man kan finde ud af, om der er behov for en samtale. Skemaerne kan også bruges, hvis apoteket selv får en idé til temaer, de vil arbejde særligt med. ●

**VISITATION** Fokus på særlige sygdomme eller tegn på non-compliance i afgrænsede perioder kan hjælpe apotekets medarbejdere med visitation til compliancesamtaler.



## Sæt fokus på temaer i visiteringen til compliancesamtaler

Apotekerforeningen har skemaer lige til at downloade og bruge: Et med fokus på kroniske sygdomme og ét med fokus på tegn på non-compliance.

Hvert kvartal lægges nye forslag til fokusområder og dertil hørende spørgsmål op på medlemsnettet.

Apoteket kan vælge enten at arbejde med konkrete kroniske sygdomme eller tegn på non-compliance (som går på tværs af kroniske sygdomme) – eller begge dele.

Der er alene tale om forslag. Apoteket kan både have andre ønsker til emner og forslag til spørgsmål.

**Blandt de fokusområder, der er lavet skema til, er:**

### **Non-compliance:**

- Borgeren overholder ikke intervallet for afhentning
- Borgeren får forskellige lægemidler med flere forskellige doseringer

### **Forslag til kronisk sygdom:**

- Diabetes
- Forhøjet blodtryk

# Vigtigt at vide om ramadan og diabetes

Apotekerne kan i den kommende tid med fordel have særligt fokus på rådgivning til borgere med diabetes, som faster i forbindelse med ramadan. Læs mere her.

Af: Trine Ganer

## **Kan man holde ramadan, hvis man har diabetes?**

Der er ifølge Det Islamiske Trossamfunds vejledning mulighed for at blive undtaget fra faste, hvis man er syg eller i særlig medicinsk behandling, herunder hvis man har diabetes. Ramadan er dog en vigtig religiøs højtid for mange muslimer, hvorfor mange personer med diabetes vælger at gennemføre ramadan. Og det kan man i mange tilfælde sagtens. Men det kræver planlægning, en ekstra indsats og først og fremmest en samtale med ens diabetesbehandler, typisk den praktiserende læge.

## **Hvordan forbereder man sig?**

Vælger man som diabetespatient at faste under ramadan, er det helt afgørende, at man tager en snak med sin diabetesbehandler, typisk den praktiserende læge, inden man påbegynder faste. Medicin skal tilpasses i fasteperioden, så man sikrer en god blodsukkerregulering. Med lægen aftaler man blandt andet justering af diabetesmedicin, og der lægges en plan for blodsuktermåling.

## **Hvilke risici er der ved at faste, når man har diabetes?**

Fastende personer med diabetes har øget risiko for lavt blodsukker (hypoglykæmi), for højt blodsukker (hyperglykæmi), dehydrering og potentielle blodpropper (trombose). Det er vigtigt at bryde fasten ved symptomer på disse tilstande. Især er der risiko for lavt blodsukker, som kan vise sig ved sitren og øget sved.

## **Hvad gør man med måling af blodsukker?**

Nogle muslimer har fået en opfattelse af, at fingerprik til blodsuktermåling afbryder fasten. Det er ikke tilfældet, hvilket der er konsensus om i Diabetes and Ramadan International Alliance, som er en sammenslutning af forskellige organisationer. Blodsukkermonitorering er et vigtigt redskab til at forebygge risikoen for lavt og for højt blodsukker under faste, og det er derfor vigtigt, at man får lagt en plan for blodsuktermålinger under ramadan i samråd med sin diabetesbehandler, typisk den praktiserende læge.

## **Kan man springe morgenmaden over?**

Nogen vælger at springe morgenmaden over under ramadan for at kunne sove længere. Har man diabetes, er det vigtigt at spise morgenmad, da det kan medvirke til at hindre hypoglykæmi.

## **Hvad bør man være opmærksom på ved aftensmaden?**

Når man spiser efter mange timers faste, kan der være stor risiko for hyperglykæmi. For at undgå det, anbefales det, at man starter med to glas vand, før man spiser, undgår sukkerholdige læskedrikke, soft og juice og undlader at spise for store mængder mad.

## **Kan man motionere?**

Det anbefales, at man undlader at motionere under selve fasten, da det øger risikoen for hypoglykæmi, og venter til to timer efter aftensmåltidet.



## OM RAMADAN

**Ramadan er den årlige** muslimske fastemåned. Den følger den islamiske kalender, og datoen flytter sig ca. 11 dage fra år til år.

**Når man holder ramadan**, spiser og drikker man ikke fra solopgang til solnedgang. Enkelte grupper, som børn og gravide, er undtaget.

**Under ramadan** spises morgenmad (Suhoor) før solopgang og et omfattende aftensmåltid, kaldet Iftar, efter solnedgang.

**Falder ramadan** om sommeren, er fastetiden længere og udfordringerne for personer med diabetes størst. I år er der ramadan fra 13. april og 30 dage frem, og i slutningen af perioden er der omkring 16 timer fra solen står op, til den går ned.

**Ramadan 2021:  
13. april – 12. maj**



**Guiden** er baseret på et e-læringskursus til sundhedsprofessionelle fra Steno Diabetes Center Copenhagen, som bygger på vejledningen "Diabetes and Ramadan: Practical Guidelines" fra International Diabetes Federation.

# RESOURCE® ULTRA FRUIT

– endelig en saftbaseret  
ernæringsdrik med  
**EKSTRA MEGET PROTEIN**



**NYHED!**

**300  
kcal**

**14 g  
protein**

pr. 200ml

**Resource® Ultra Fruit** er en energirig og saftbaseret ernæringsdrik, som indeholder **75% mere protein** end andre saftbaserede ernæringsdrikke på markedet. Et **læskende og velsmagende alternativ** til de mælkebaserede ernæringsdrikke, som samtidig er god og næringsrig væske istedet for vand, saft eller juice. Resource® Ultra Fruit indeholder **100% valleprotein** og er **fedtfri**.

### For sundhedsfagligt personale

Resource® Ultra Fruit er en fødevarer til særlige medicinske formål og skal anvendes under lægelig overvågning. Til ernæringsbehandling af patienter med sygdomsrelateret underernæring eller i ernæringsmæssig risiko.

[www.nestlehealthscience.dk](http://www.nestlehealthscience.dk)

 **Nestlé**  
HealthScience

AUSTRALIEN

## Folk i landdistrikterne ønsker flere sundhedsydelse på apotek

**Jo længere væk fra en større by, man bor, jo mere positiv er man over for, at apoteket får en større rolle i sundhedsvæsenet, viser nyt australsk studie.**

**ET AUSTRALSK STUDIE** har undersøgt, hvilke sundhedsydelser borgere i landdistrikterne ønsker sig på apoteket, og hvorvidt de er villige til at betale for ydelserne. 406 kunder på 20 apoteker i landdistrikter fordelt over hele Australien har medvirket i undersøgelsen.

### Baggrund

Befolkningen i landdistrikterne har generelt dårligere sundhed og højere dødelighed end deres medborgere i og omkring de store byer. Længere afstand til lægen og andre sundhedsprofessionelle gør det relevant at overveje, om apoteket kan spille en udvidet rolle i landdistrikterne med henblik på at mindske den geografiske ulighed i sundhed.

### Resultat

De adspurgte kunder ønsker især vaccination, hjælp til håndtering af kroniske sygdomme og ydelser, der knytter sig til mental sundhed. 95 % af respondenterne erklærer sig enige eller meget enige i at de støtter flere sundhedsydelser på apoteket, og at apotekerne har fagligheden til at klare opgaven.

Jo længere fra de store byer respondenterne bor, jo flere ydelser ønsker de, at apotekerne skal varetage.

Hvad angår betalingsvilligheden, mener en tredjedel, at det bør være gratis, en tredjedel er villig til at betale i underkanten af 100 kr. i timen, mens kun 3 % ville betale mere end 200 kr. i timen.

### Konklusion

Forskerne bag studiet konkluderer, at beboere i landdistrikterne vurderer, at de vil få bedre helbred, hvis apoteket får en udvidet rolle, og at flere sundhedsydelser på apoteket vil blive positivt modtaget hos borgerne. ●



Se i øvrigt de to ph.d.-studerende ved Syddansk Universitet, Camilla Lynnerup og Alaa Burghle diskutere artiklen i episode 4 på deres videoblog ApoForsk på YouTube.

Taylor S, Cairns A, Glass B; Consumer perspectives of expanded practice in rural community pharmacy, *Research in Social and Administrative Pharmacy*, February 2021, Vol. 17, Issue 2, side 362-367.

DANMARK

## Apotekernes rolle nu og i fremtiden

**Danske forskere gør status over apotekernes rolle nu og kigger ind i fremtiden.**

**STYREGRUPPEN FOR** Netværk for udvikling af apotekspraksis har leveret det danske bidrag til en international serie om apotekernes forhold, vilkår og opgaver samt visioner for apotekets rolle i fremtiden.

### Apotekets nuværende rolle

Apotekets rolle inden for sundhedsvæsenet er styrket de sidste tyve år. Der er kommet seks nationalt finansierede sundhedsydelser – blandt andet Tjek på inhalation, medicinsamtaler og vaccination. Udviklingen af ydelserne er siden starten af 1990'erne sket med udgangspunkt i forskning for at sikre evidens. Udover de generelle sundhedsydelser laver apotekerne lokale aftaler om ydelser med blandt andet kommuner og regioner.

### Muligheder i fremtiden

Visioner for nye opgaver for sektoren falder inden for tre områder:

- **Apoteket som sundhedscenter**

Apoteket screener for simple sygdomme, ordinerer medicin til simple behandlinger, ordinerer medicin til og kontrollerer igangværende behandlinger og foretager flere vaccinationer.

- **Øget medicinsikkerhed ved sektorovergange**

Apoteket samarbejder med blandt andet hospitalet og andre sundhedsprofessionelle.

- **Nye teknologier**

Apoteket understøtter nye teknologier som blandt andet selvmonitorering, personlig medicin mv.

### Konklusion

Apotekets rolle i sundhedssektoren er styrket i kraft af de mange nye betalte sundhedsydelser, som er indført de sidste tyve år. For at en øget integration i sundhedsvæsenet skal lykkes, skal samarbejdet med andre aktører styrkes, den daglige praksis på apoteket optimeres, nye teknologier involveres og fokus på efteruddannelse af farmaceuter og farmakonomer fortsættes, lyder forskernes konklusion. ●

Hansen RN, Nørgaard LS, Hedegaard U, Søndergaard L, Servilieri K, Bendixen S, Rossing C; Integration of and visions for community pharmacies in primary healthcare in Denmark, *Pharmacy Practice (Granada)*, vol. 19 no. 1, Epub 15. Marts 2021

# håndsprit

Tekst: MERETE WAGNER HOFFMANN

Foto: RUNE PEDERSEN

## Vin og brandy: håndsprittens forløbere

Alkohol blev brugt som antiseptisk middel, selv før opdagelsen af bakterier. I det gamle Egypten brugte man vin ved infektioner – både i og på kroppen – dog uden den store effekt på grund af den lave alkoholprocent. Først da man i løbet af 1300-tallet udviklede mere avancerede destilleringsprocesser opdagede man, at jo højere alkoholprocent, jo bedre var spiritusens antiseptiske egenskaber.

## 70 %

I Danmark anbefales alkohol i en koncentration på 70-85 % v/v for at opnå et bredt virkningsspektrum uden den lettere antændelighed ved meget højere alkoholkoncentrationer. Alkohol er nemlig yderst brandfarlig. Alkohol virker ved at denaturere og koagulere mikroorganismers proteiner, så cellerne går i opløsning. Fordi denatureringsprocessen kræver tilstedeværelse af vand, har rene alkoholer mindre effekt end fortyndede alkoholer.

## Håndsprit til rengøring af overflader er no go!

Kan man i en snæver vending bruge håndsprit til at rengøre overflader? Nej, håndsprit indeholder typisk glycerin eller lignende, der forebygger udtørring af huden. På en overflade vil glycerinen fedte og dermed binde snavs, virus og bakterier.

## 30 sekunder

En klat håndsprit i hånden, der på nogle få sekunder gnides ind i hænderne, og så videre i teksten. Det er blevet en del af rutinen for de fleste. Men hvis håndsprit skal have den ønskede desinficerende virkning, skal man op på at gnide i 30 sekunder, indtil tørhed opnås, da det er kombinationen af den mekaniske indgnidning og desinfektionsmidlets antimikrobielle effekt, som giver den ønskede desinficerende virkning. Prøv at tage tid næste gang. 30 sekunder er garanteret længere tid, end du regner med.



## Rene hænder

En klat håndsprit på synligt beskidte hænder duer ikke. Hænderne skal være synligt rene og tørre før desinfektion med håndsprit. Alkohol inaktiveres nemlig let af organisk materiale.

# 400 %

flere flasker med Apotekets hånddesinfektion blev solgt i 2020 sammenlignet med året før.





ново нордиск®







## Prisen som Årets Farmakonom uddelt

**FARMAKONOMFORENINGEN** har uddelt prisen "Årets Farmakonom" til Anu Chandramohan, der arbejder på Apoteket Ørnen i Odense. Det er kollegaerne på apoteket, der har indstillet Anu på grund af hendes faglige kompetence, hendes hjælpsomhed og ikke mindst hendes evne til at skabe fællesskab. Hun har ofte arrangeret sociale arrangementer, og under COVID-19 har Anu taget initiativ til, at kollegaerne spiller onlinespil med hinanden, så de kan hygge sig, selvom de ikke kan mødes socialt.

Det er første gang, at den nyindstiftede pris uddeles.

**SURPRICE.** Der var både blomster og check på 5.000 kr., da Anu Chandramohan den 17. marts blev overrasket af kolleger og Farmakonomforeningens formand Ann-Mari Grønbæk, der kunne fortælle hende, at hun er kåret til årets farmakonom.



## APOTEKERLAND



### INTET NYT FRA APOTEKERLAND

Ved bladets deadline var der **ingen meldinger** om udnævnelser, flytninger, nye filialer eller andre af de begivenheder, vi plejer at omtale på denne plads.

EN ANSAT, DER RYKKER

## Fra Nomeco til Glostrup Apotek

Efter 26 år i Nomeco har Kirsten Hansen taget springet og skiftet til en nyoprettet stilling som økonomi- og markedschef på Glostrup Apotek.

Af: Trine Ganer



**Det var ikke første gang,** at Kirsten Hansen havde talt med apoteker Kristian Østergaard Nielsen om, at det kunne være

sjovt at lave noget sammen. De har samarbejdet igennem mange år i kraft af Kirsten Hansens job som salgschef i Nomeco. Men det er hver gang blevet ved snakken. Lige indtil en dag i november sidste år, hvor Glostrup-apotekeren ringede og spurgte, om ikke de skulle drikke en kop kaffe. Den blev til flere og endte med en aftale om, at Kirsten Hansen startede i en nyoprettet stilling som økonomi- og markedschef på Glostrup Apotek.

Det har været et stort skridt at skif-

**Det er helt vildt dejligt at være en del af et stærkt team. Alle på apoteket har taget virkelig godt imod mig**

te job efter 26 år i Nomeco, hvor hun blandt andet i sin mangeårige stilling som salgschef i København har været et kendt ansigt på apotekerne. Kirsten Hansen har længe vidst, at hvis hun skulle noget andet end Nomeco, skulle det være sammen med Glostrup-apotekeren.

"Kristian og jeg har de samme værdier. Han er til at regne med og samtidig innovativ og har et fokus på at styrke apoteket i sundhedssektoren. Han tænker ikke bare på sin egen forretning, men på branchens udvikling. Det passer med mine værdier," siger Kirsten Hansen.

### Mange kasketter

I hendes nye stilling, som hun selv har været med til at definere, har hun mange kasketter på. Hun har det daglige ansvar for drift og udvikling i bogholderiet, hvor der skal indføres nye og mere automatiserede arbejdsgange. Endvidere skal hun være med til at optimere lager og logistik i apotekets magistrelle produktion. Og så skal hun hjælpe med at få markedsført den nyetablerede sterile produktion af magistrelle lægemidler, som er et af de nye indsatsområder på Glostrup Apotek. For blot at nævne nogle af de mangeartede opgaver i hendes nye stilling. Kirsten Hansen kommer fortsat til at være et kendt ansigt i branchen.

"Jeg er startet med at sætte mig ind i bogholderiet, men på sigt er det tanken, at jeg skal være mindre involveret i den daglige drift der og bruge mere tid sammen med det magistrelle team," siger Kirsten Hansen, der oprindeligt er ud-



### Kirsten Hansen

- 55 år
- Uddannet farmakonom i 1982
- Ansat i Nomeco fra 1994-2021
- Økonomi- og markedschef på Glostrup Apotek siden 1. februar 2021

dannet farmakonom.

Og selv om hun savner sine mangeårige kollegaer fra Nomeco, er hun glad for at have taget springet.

"Det er helt vildt dejligt at være en del af et stærkt team. Alle på apoteket har taget virkelig godt imod mig," siger Kirsten Hansen. ●

### Ansatte, der rykker

Hver gang kan du møde en farmaceut eller en farmakonom, der har fået nye udfordringer på apoteket. Er det dig eller din kollega, så kontakt redaktionen.

ARCHI FOR PFARMACI OG CHEMI  
183. bind - 178. årgang - Nr. 4  
9. april 2021

apotek

#### UDGIVER

Danmarks Apotekerforening  
Bredgade 54  
1260 København K  
+ 45 33 76 76 00  
farmaci@apotekerforeningen.dk

#### FORSIDE

Foto: Vita Korsgaard

#### REDAKTION

Ansv. redaktør: Lene Lund Hansen  
Daglig redaktør: Trine Ganer  
Journalister:  
Merete Wagner Hoffmann

#### GRAFISK PRODUKTION

Layout: Esben Bregninge.Design  
Tryk: Rosendahls Tryk



#### ANNONCESALG

Media-Partners  
Hanne Kjærgaard  
Tlf.: 2967 1436 / hanne@media-partners.dk

#### MEDLEM AF

DANSKE MEDIER

#### KONTROLLERET AF



#### KONTROLLERET OPLAG

1.007 i perioden 1. august - 30. juni 2020

#### FARMACI NR. 5 UDKOMMER

fredag den 7. maj 2021



# FRISKT HVIDT SMIL

[ BE YOU. ]  
'EXPRESS YOURSELF'

Skånsom tandpasta som fjerner misfarvninger fra dine tænder

- + Lysner dine tænder uden brug af blegemidler
- + Styrker og beskytter din emalje
- + Modvirker isninger
- + Skummer ikke
- + Lav slibeværdi
- + 6 friske smagsvarianter

Kan bestilles hos Nomeco og Tmj



**CURAPROX**

+ SWISS PREMIUM ORAL CARE



POST

PP

DANMARK

Magasinpost SMP  
46446