

## Handige digitale hulpmiddelen

### Filmpjes met uitleg over bijsluiters

Heeft u weleens moeite met het lezen en begrijpen van de bijsluiters bij medicijnen? Of kent u iemand die hier moeite mee heeft? Bekijk dan op internet de filmpjes, waarin bijsluiters van medicijnen in begrijpelijke taal worden uitgelegd. Ze zijn in verschillende talen beschikbaar.



**Kijk op [www.kijksluiter.nl](http://www.kijksluiter.nl) of vraag uw apotheker ernaar!**

### Online medicatieoverzicht en medicatie apps

Wilt u altijd en overal kunnen beschikken over uw medicatiegegevens?

Kies dan voor een digitale oplossing.

Met een beveiligd online medicatieoverzicht of een medicatie app zorgt u dat u controle heeft over uw medicijngebruik.

**Informeert u naar de mogelijkheden bij uw huisarts of apotheker!**



**Op de website [www.digitalezorggids.nl](http://www.digitalezorggids.nl) kunt u bekijken welke digitale oplossing het beste bij u past**

## Zorg zelf voor veilig medicijngebruik!



### Gebruikt u medicijnen?

**Zorg er dan voor dat u zelf goed weet welke medicijnen u gebruikt en of u allergieën heeft. Vertel dit aan uw huisarts, apotheek en specialist in het ziekenhuis.**

Alleen dan kunnen hulpverleners de juiste keuzes maken bij uw behandeling, zeker in spoedsituaties!

**Lees verder wat u kunt doen om uw medicijnen veilig te gebruiken!**



## Geef toestemming om informatie over uw medicijnen te delen via: [www.ikgeeftoestemming.nl](http://www.ikgeeftoestemming.nl) of aan de balie!

Artsen en apothekers kunnen u beter helpen als zij van uw medicijngebruik en allergieën op de hoogte zijn. Geef daarom toestemming aan uw apotheker en uw huisarts om deze informatie digitaal te mogen delen.

Vul op de website [www.ikgeeftoestemming.nl](http://www.ikgeeftoestemming.nl) een toestemmingsformulier in of geef uw toestemming aan de balie bij uw apotheek en uw huisarts.

U kunt ook uw mantelzorgverzorger vragen om dit samen met u te doen.

Bezoekt u meerdere apotheken?  
Dan is het heel belangrijk dat u elke apotheek afzonderlijk uw toestemming geeft.

## Vraag om een medicijnoverzicht bij uw apotheker!

Gebruikt u verschillende medicijnen?

Vraag dan een medicijnoverzicht aan uw apotheker.

Een actueel medicijnoverzicht is een lijst van alle

medicijnen die u gebruikt met vermelding van de

dosering. Op het medicijnoverzicht staan ook

belangrijke gegevens over uzelf, bijvoorbeeld of u ergens

allergisch of overgevoelig voor bent.



## Neem een medicijnoverzicht mee:

- ◆ Als u wordt opgenomen in het ziekenhuis of een andere zorginstelling.
- ◆ Naar een afspraak bij de specialist.
- ◆ Als u op reis gaat.

## Bespreek het medicijnoverzicht met uw apotheker!

Bekijk samen of u de medicijnen op het overzicht echt gebruikt en of u dat volgens de voorschriften doet.

**Vertel ook welke medicijnen u zonder recept gebruikt, bijvoorbeeld paracetamol of vitaminen.**



Dan weet uw apotheker welke medicijnen u allemaal gebruikt.

## Vraag een medicijnoverzicht bij ontslag uit het ziekenhuis!

Wordt u opgenomen in het ziekenhuis?

Vraag dan bij **ontslag uit het ziekenhuis** om een medicijnoverzicht.

Hiermee kunt u andere hulpverleners op de hoogte stellen van uw

medicijngebruik. De meeste ziekenhuizen hebben hiervoor speciale

medewerkers, die samen met u de lijst kunnen doornemen.

## Tips om uw medicijnen na ontslag uit het ziekenhuis goed te beheren:

- ◆ Weet welke medicijnen in het ziekenhuis zijn gestopt of gewijzigd.
- ◆ Lever medicijnen die u niet meer gebruikt voor de veiligheid in bij uw apotheek.
- ◆ Gaat u weer naar een arts? Zorg ervoor dat u een medicijnoverzicht heeft waar duidelijk op staat welke medicijnen recent gewijzigd of gestopt zijn.