

Duurzaam Medicijngebruik

TIPS!

Geneesmiddelen leveren een waardevolle bijdrage aan de samenleving, maar hebben ook een aanzienlijke impact op het milieu. **Geneesmiddelen staan in de top 3 van grootste vervuilers in de zorgsector** (bron Nivel). Er vindt milieubelasting plaats op verschillende niveaus (CO₂-uitstoot, waterschadelijkheid) en in verschillende fases (ontwikkeling, productie transport en gebruik). Deze milieu-impact willen we zoveel mogelijk beperken.

Praktische tips voor het duurzaam voorschrijven van en omgaan met geneesmiddelen:

Gepast voorschrijven/ter hand stellen



- Kies vaker voor paracetamol en minder vaak voor NSAID's.
- Overweeg bij gelijkwaardige opties een 'intra-uterine device' (IUD) in plaats van orale anticonceptie (OAC) voor te schrijven.
- Kies bij voorkeur, en in overleg met de patiënt, voor een poederinhalator. Zie ook:
 - [NHG-standaard Astma bij volwassenen > NHG-standaard COPD >](#)
- Evalueer bij ouderen of het mogelijk is te stoppen of te minderen met medicatie (START en STOPP-criteria). Zie ook:
 - [Multidisciplinaire richtlijn polyfarmacie bij ouderen >](#)
- Voer bij baxtermedicatie pas wijzigingen door op het moment dat de rol opgebruikt is.
- Probeer de afleverhoeveelheid af te stemmen op de behoefte en de situatie van de patiënt.

Groene behandelkeuzes maken begint bij het vermijden van onnodige zorg. De strekking is: **meer preventie en gezonde leefstijl leidt tot minder medicatiegebruik**. Goede voorlichting aan patiënten leidt bovendien tot minder (grote) recepten, minder onnodige herhaalrecepten, minder overschot aan medicijnen bij patiënten thuis en betere verwerking van de medicatieresten.



Geneesmiddelen veroorzaken ongeveer de **helft van de CO₂ uitstoot** in de eerstelijnszorg. Circa **80%** van alle geneesmiddelen worden voorgeschreven door huisartsen. (bron Nivel).

Wist u dat?

De CO₂-uitstoot van 1 jaar onderhoudsbehandeling met een dosisaerosol gelijk staat aan die van een **retourvlucht Amsterdam-Parijs?** (Journal of Cleaner Production)



TIP:

Wachtkamer-informatie: medicijnen inleveren bij de apotheek



Afval

- Spoel nooit medicijnresten door de gootsteen (bijvoorbeeld restje lidocaïne uit een ampul), maar gooi deze bij het medisch afval.
 - Scheid verpakkingsmaterialen van geneesmiddelen.
 - Kartonnen doosjes: oudpapier.
 - Lege doordrukstrips: PMD-afval.
 - Lege glazen flacons: glasbak.
 - Gebruikte naalden: naaldencontainer.
- Verwijder eventueel etiketten met persoonsgegevens!
- Adviseer patiënten overbodige geneesmiddelen terug te brengen naar de apotheek en niet weg te gooien. Bijvoorbeeld door op het [wachtkamerscherminformatie >](#) te tonen om medicijnen die over zijn bij de apotheek in te leveren.

Communicatie/ bewustwording



- Heb aandacht voor een gezonde leefstijl van patiënten. Om het leefstijlgesprek te faciliteren zijn verschillende materialen/trainingen beschikbaar. Bijvoorbeeld:
 - [Handleiding 'Demedicaliseren bij Diabetes type 2' en 'Pak Hypertensie aan'](#) > van Arts en Leefstijl.
 - [Training Positieve Gezondheid](#) > van de LHV Academie.
 - [Handboek Positieve Gezondheid in de Huisartsenpraktijk](#) > van het Instituut For Positive Health.



- **NSAID's** kunnen weefschade bij vissen veroorzaken.
- **Anticonceptiemiddelen** kunnen voor geslachtsverandering bij vissen zorgen.
- **Antidepressiva** kunnen het gedrag van kleine waterkreeftjes en vissen veranderen.
(Bron: IVM)



Wist u dat?

1/4 van de patiënten die thuis (vloeibare) medicijnen weggooit, spoelt ze door het toilet/de gootsteen.

(Bron: KNMP)

Voorraadbeheer



- Voorraadbeheer kan een belangrijke bron van verspilling van goederen en tijd zijn. Werken volgens de 'lean'-methode helpt processen te vereenvoudigen en verspilling te elimineren. Informeer bij HZK naar de LEAN-training of volg een van de [verschillende cursussen LEAN werken van de LHV Academie](#) >.
- Informeer de apotheek wanneer een patiënt palliatief is. Dit voorkomt onnodig bezorgen van geneesmiddelen.
- Minimaliseer de eigen voorraad door bijvoorbeeld maar 1 of 2 spoedsets per praktijk te hebben.
- Volg (bij voorkeur op regio-niveau) de [FTO-module Geneesmiddelen en Milieu](#) > van het IVM samen met kaderartsen, longartsen en apothekers.
 - Overleg in het FTO over een: voorkeursassortiment, voor te schrijven aantallen en optimale hoeveelheid geneesmiddelen bij een herhaalrecept.

Tip:

Volg een cursus
LEAN-werken van
de LHV Academie
>

Op zoek naar meer voorbeelden en tips?



- Om verspilling van medicijnen tegen te gaan, heeft de Coalitie Duurzame Farmacie de Inspiratiegids '[Verspil geen pil](#)' > opgesteld met tips voor alle partners in de medicatieketen.
- In het [E-book van de groene huisartsenpraktijk](#) > is op pagina 37 meer te lezen over duurzaam voorschrijven.
- Het [Farmacotherapeutisch Kompas](#) > geeft meer informatie over de milieu-impact van geneesmiddelen.