



Koncernkontoret

Läkemedelsrådet

REGIONAL LÄKEMEDELSRIKTLINJE

Process	3.3.9	Godkänt datum	2023-01-27
Skapad av	Läkemedelsrådet	Version	2
Godkänd av	Läkemedelsrådet		
Gäller för	Hälso- och sjukvårdspersonal i Region Skåne	Gäller fr.o.m.	2023-01-27
		Gäller t.o.m.	2024-01-01

Receptfritt på apotek - Egenvårdshänvisningar inom Region Skåne

Innehåll

Receptfritt på apotek - Egenvårdshänvisningar inom Region Skåne.....	1
1 Förändringar jämfört med tidigare version	3
2 Syfte och bakgrund	3
3 Förslag på receptfria läkemedel eller handelsvaror som kan rekommenderas	3
3.1 Allergi	3
3.2 Feber.....	4
3.3 Gynekologi.....	4
3.4 Hud.....	4
3.5 Migrän.....	4
3.6 Mag-tarmbesvär	5
3.7 Munbesvär.....	5
3.8 Smärta	5
3.9 Ögon.....	6
3.10 Öron.....	6
4 Författare	6
5 Bilaga 1: Övergripande principer för receptförskrivning alternativt egenvård	7
5.1 Om bakomliggande sjukdom finns eller om annan medicinsk behandling är orsaken till besvären rekommenderas receptförskrivning....	7
5.2 Vid kortvariga besvär rekommenderas egenvård.....	7

1 Förändringar jämfört med tidigare version

2023-01-27

Mag- tarmbesvär	Halsbränna ändrad till lättare halsbränna, svår halsbränna ändrad till svårare halsbränna. Cilaxoral ändrad till Cilaxoral/Laxoberal
--------------------	---

2 Sammanfattande kommentarer och rekommendation

Det här dokumentet syftar till att ge förslag på receptfria läkemedel eller handelsvaror som kan rekommenderas när förutsättningarna för egenvård är uppfyllda. Vid kortvarigt (<3 månaders) behov av receptfritt läkemedel rekommenderar Läkemedelsrådet att förskrivaren hänvisar till egenvård, vilket blir både enklare och i många fall billigare för patienten.

Bedömningen ska inte påverkas av om patienten har frikort, eller om det rör sig om barn med kostnadsfria läkemedel. För mer information gällande receptförskrivning kontra egenvård hänvisas till Läkemedelsrådets dokument: ”Övergripande principer för receptförskrivning alternativt egenvård i Region Skåne” (bilaga 1 till detta dokument).

3 Förslag på receptfria läkemedel eller handelsvaror som kan rekommenderas

3.1 Allergi

- Generell behandling: Tablett Desloratadin.
- Barn från 1 år: Desloratadin oral lösning.
- Ögonbesvär: Ögondroppar Lecrolyn sine eller Livostin, vuxna och barn.
- Täppt näsa: Nässpray Mometason (=Nasonex med fler), vuxna och barn från 3 år.
- Rinnig, kliande näsa: Nässpray Mometason (=Nasonex med fler), vuxna och barn från 3 år eller Livostin, vuxna och barn

3.2 Feber

- Paracetamol (= Alvedon, Panodil, Paracetamol, Pamol, med fler).
- Ibuprofen (= Iprex, Ibuprofen, Iprex, Iprex med fler).
- Barn från 3 månader: Paracetamol, till exempel Alvedon 24 mg/ml, Panodil 24 mg/ml.
- Barn från 6 månader: Ibuprofen, till exempel Iprex 20 mg/ml, Nurofen 40 mg/ml.

3.3 Gynekologi

- Svampinfektion (t ex efter antibiotika): Canesten vaginalkräm och vagitorium.
- Rikliga menstruationer: Tranexamsyra tablett. (=Cyklo-f, Cyklokapron, Tranexamsyra)
- Slemhinnebesvär / täta UVI efter klimakteriet: Ovesterin vaginalkräm / vagitorier.
- Akut-p-piller: ellaOne.

3.4 Hud

- Acne: Basiron AC gel.
- Eksem: Mild kortison: Hydrokortison kräm/salva, Mildison Lipid kräm.
- Mjukgörande: Miniderm kräm eller Propyless kräm, Canoderm kräm (förebyggande, svider vid pågående eksem).
- Huvudlöss: Olika handelsvaror finns på apoteket, till exempel Paranix och Linicin.
- Skabb: Tenutex kutan emulsion. OBS! Skabb ska bekräftas dermatoskopiskt/mikroskopiskt inför Tenutexbehandling.
- Svinkoppor: Tvål och vatten samt handhygien t ex med Alcolgel (Klorhexidinlösning och Microcidkräm har inte dokumenterad effekt).
- Pityriasis versicolor: Pevaryl kräm eller Selsun schampo alternativt Ketokonazol/Fungoral
- Svamp med obetydlig inflammation: Pevaryl kräm eller Terbinafin (= Lamisil) kräm.
- Svamp med inflammation (klåda): Daktacort (=Cortimyk) kräm.

3.5 Migrän

- Paracetamol 1 g (=Alvedon, Panodil, Paracetamol, Pamol, med fler)
- Ibuprofen 400 mg eller Naproxen 500 mg

- Acetylsalicylsyra 1g (med eller utan koffein)
- Andrahandsmedel: Sumatriptan tablett 50 mg (Zomig nasal ej rekommenderat på grund av kostnadsskäl)

3.6 Mag-tarmbesvär

- ”Magkatarr” = dyspepsi: Novaluzid tuggtablett / suspension.
- Illamående, till exempel graviditet, åksjuka: Postafen tablett.
- Diarré: Loperamid (= Dimor, Imodium) kapsel / tablett / lösning.
- Hemorrojder, analfissur: Xyloproct salva / suppositorium eller Scheriproct salva / suppositorier.
- Springmask, spolmask, piskmask eller hakmask: Vermox tablett/oral lösning.
- Lättare halsbränna: Gaviscon tuggtablett / suspension, Galiev tablett / mixtur (snabbare insättning och längre effekt än Gaviscon). Alternativt Pepcid (famotodin).
- Svårare halsbränna: Omeprazol tablett / kapsel vid behov, risk för tillvänjning.
- Förstoppning- akut: Cilaxoral/Laxoberal, Microlax klysma eller Klyx klysma.
- Förstoppning- förebyggande: Inolaxol granulat / pulver, Laktulos lösning eller Moxalole (=Movicol) pulver.

3.7 Munbesvär

- Basprofylax: Borsta tänderna med fluorid tandkräm i 2 minuter, 2 gånger dagligen, med 2 cm tandkräm och drick eller ät därefter inte på 2 timmar. Patienter med ökad kariesaktivitet med behov av tilläggsprofylax: Individuella råd från tandläkare eller tandhygienist.
- Muntorrhet: Valfri receptfri tablett/tuggummi avsedd för salivstimulering. För saliversättning finns även spray och gel - bra nattetid.
- Läpp-herpes: Badda krutor med tvål och vatten / Alsollösning.
- Afte: Rekommendera tandkräm utan natriumlaurylsulfat (typ Zendium). Flera receptfria lokala hjälpmedel finns.

3.8 Smärta

- Paracetamol (=Alvedon, Panodil, Paracetamol, Pamol, med fler), se rubrik ”Feber”.

- NSAID - Ibuprofen (= Ipreen, Iprensa, Ibumetin, Ibuprofen, med fler) tablett eller naproxen tablett.

OBS! Inte NSAID vid salicylsyra-allergi, magsår, antikoagulantia-behandling, hjärtsvikt, njursvikt eller hög ålder, i synnerhet över 75 år. Paracetamol kan kombineras med NSAID. Barn, se rubrik "Feber".

3.9 Ögon

- Allergi: Livostin eller Lecrolyn (= Lomudal) ögondroppar; vuxna och barn (se allergi)
- Torra ögon: flera likvärdiga receptfria tårsubstitut finns, till exempel Artelac ögondroppar och Viscotears ögongel.

3.10 Öron

- Vax: Vaxol spray (även förebyggande 1–2 gånger/vecka) eller Revaxör droppar/spray.
- Lindrig extern otit: Otinova öronspray.

4 Författare

Läkemedelsrådet tillsammans med LAG läkemedel.

5 Bilaga 1: Övergripande principer för receptförskrivning alternativt egenvård

Om patienten har ett medicinskt behov av ett receptfritt läkemedel bör förskrivaren ta ställning till behandling och utfärda recept om hen anser detta lämpligt.

Bedömning måste givetvis göras från fall till fall, men 2–3 månader kan anses vara en kort tidsperiod. I dessa fall rekommenderar Läkemedelsrådet att förskrivaren hänvisar till egenvård, vilket blir både enklare och i många fall billigare för patienten.

Bedömningen ska inte påverkas av om patienten har frikort, eller om det rör sig om barn med kostnadsfria läkemedel.

De övergripande principerna bör kompletteras med mer detaljerade tillämpningsanvisningar för lokal enhet. Regionövergripande principer ska gälla oavsett vårdorganisation, det vill säga även då förskrivaren inte är anställd inom Region Skåne.

5.1 Om bakomliggande sjukdom finns eller om annan medicinsk behandling är orsaken till besvären rekommenderas receptförskrivning

Exempel: Mjukgörande salvor kan förskrivas på recept om det finns bakomliggande sjukdom som ger torr hud, annars bör patienten hänvisas till egenvård.

Receptförskrivning av tårsubstitut rekommenderas vid sjukligt torra ögon eller av andra skäl där det är medicinskt motiverat. Åldersbetingade torra ögon eller torra ögon på grund av kontaktlins-användning motiverar i normalfallet inte receptförskrivning.

5.2 Vid kortvariga besvär rekommenderas egenvård

Exempel: Vid kortvariga säsongsbundna besvär till exempel pollenallergi, kan man hänvisa till något av de många läkemedel som finns receptfria på apotek. De patienter som inte har tillräcklig effekt av receptfria läkemedel bör hänvisas till förskrivare.

Barn under 6 år bör alltid uppsöka läkare för rätt diagnos och behandling.

Vid önskemål om protonpumpshämmare (PPI) är det viktigt att ta ställning till om det finns godkänd indikation och om besvären är så svåra att PPI ska rekommenderas. Efter långvarig användning av PPI kan det vara svårt att avsluta behandlingen och uttrappning av läkemedlet kan bli aktuellt.

Exempel på uttrappningsschema finns i boken FAS-UT3. Vid lättare eller tillfälliga dyspeptiska besvär rekommenderas egenvård där Novaluzid eller Gaviscon är förstahandsmedel.

Vid receptförskrivning ska TLV:s förmånsbeslut följas.

Patienter som via apotek hänvisats till sjukvården för receptförskrivning ska bli föremål för medicinsk bedömning före receptförskrivning.

Om alla förskrivare i Skåne följer dessa riktlinjer kan vi tillsammans skapa större utrymme för läkemedel med stor effekt på överlevnad, samhällskostnader och livskvalitet.