

# Medicijnverpakkingen openen en medicijnen gebruiken

Medicijnen zijn vaak moeilijk uit de verpakking te halen. Dat is voor veel mensen met reuma iedere dag onhandig, ergerlijk en frustrerend.

De lastige medicijnverpakkingen veroorzaken ook problemen: door de onmogelijke verpakking neem je bijvoorbeeld je medicijnen niet of te laat in. Of door het gebruik van gereedschap of keukengerei loop je wondjes op.

**Astrid** (heeft artritis psoriatica):

*'Nee, die hamer en nijptang zijn niet voor het klussen. Ik haal mijn pillen ermee uit de strip'.*

Wil jij je medicijnverpakking zelf kunnen openmaken? Er bestaan een aantal slimme hulpmiddelen. Ook zijn er handigheidjes voor het toedienen van medicijnen.

**Lees hieronder alle tips voor hulpmiddelen bij:**

## Doordrukstrips

- 

### Piluitdrukker:

Veel reumamedicijnen zijn verpakt in een doordrukstrip. Heb jij moeite bij het uit de strip duwen van je medicijnen? Gebruik een piluitdrukker of tabletuitdrukker.

Deze helpt je om zonder moeite pillen uit een strip te duwen. Bovendien loop je minder risico dat je pil wegspringt of kapotgaat.

Kijk voor meer informatie over de piluitdrukker op [hulpmiddelenwijzer.nl](https://hulpmiddelenwijzer.nl).

- 

### Pilpen:

Heb je moeite met doordrukstrips, dan is een pilpen of blisterpen een handig hulpmiddeltje.

Het is een pen, maar heeft in plaats van een inktvulling een metalen punt. De folie aan de achterkant van de doordrukstrip kun je er simpel mee openprikken. Maar je kunt er ook andere soorten verpakkingen mee open maken.

## **Tubes en ampullen**

- 

### **Tubeknijper:**

Zit jouw zalf of crème in een tube? Het uitknijpen van de tube is vaak lastig en pijnlijk bij reuma, zeker als de tube bijna leeg is. Een tubeknijper helpt je om de inhoud makkelijker uit de tube te duwen. Zonder knijpen of veel kracht krijg je ook de laatste restjes eruit.

Kijk voor meer informatie op [hulpmiddelenwijzer.nl](http://hulpmiddelenwijzer.nl).

- 

### **Ampulopener:**

Sommige medicijnen zijn verpakt in glazen ampullen. Je breekt het bovenste deel van het glazen buisje af en neemt dan het medicijn in.

Maar het afbreken is lastig en als je handen niet goed meewerken kun je je snijden aan het glas. Of er vliegen kleine glassplintertjes rond en daardoor wil je geen wondjes oplopen.

Een ampulopener helpt je om glazen ampullen veilig te breken. Het is een plastic hulsje dat je over de ampul schuift. Dan breek je met een eenvoudige beweging de top van de ampul er af.

Kijk voor meer informatie op [hulpmiddelenwijzer.nl](http://hulpmiddelenwijzer.nl).

## **Zetpillen en oogdruppels**

- 

### **Zetpilinbrenger:**

Krijg je zetpillen van je arts voorgeschreven dan is het misschien lastig om die aan jezelf toe te dienen. Vooral met klachten aan je handen.

Gebruik een zetpilinbrenger: die bestaat uit een band die je met klittenband om je hand vastmaakt. Aan

het uiteinde zit een gebogen buisje en een houdertje voor de zetpil.

- 

## **Oogdruppelhulpmiddelen:**

Krijg je tegen oogontstekingen, droge ogen of andere oogproblemen oogdruppels? Het is een hele tour om het flesje stil te houden en niet te knippen met je oog.

Er bestaan slimme kunststof hulpmiddeltjes die je op en rond je oog plaatst waar het flesje in rust. De keuze van je hulpmiddel is afhankelijk van het druppelflesje dat je gebruikt. Je apotheker geeft je advies.

Kijk voor meer informatie op [oogziekenhuis.nl](http://oogziekenhuis.nl)

## **Op tijd aan je medicijnen denken**

- 

### **Medicijnrol:**

Krijg jij moeilijk je verschillende medicijnen uit de doordrukstrips of de potjes? Vraag aan je apotheker om een medicijnrol te maken. Een medicijnrol bestaat uit zakjes die aan elkaar vastzitten. Je pillen en tabletten zitten in ieder zakje, in de juiste samenstelling en dosering.

Moet jij je medicijnen innemen, dan scheur je een zakje af. Een medicijnrol heet ook wel Baxterrol. De kosten van een medicijnrol of baxterrol worden vergoed vanuit de basisverzekering.

Kijk voor meer informatie op [hulpmiddelenwijzer.nl](http://hulpmiddelenwijzer.nl).

- 

### **Medicijndoos:**

Een medicijndoos is een doos met een aantal vakjes voor de verschillende tijdstippen op de dag. Vaak is de doos geschikt voor 1 week. Daarmee houd je het overzicht over alle medicijnen die je moet innemen. Ook zie je gelijk of je je medicijn voor een bepaald moment al hebt ingenomen.

Kijk voor meer informatie op [hulpmiddelenwijzer.nl](http://hulpmiddelenwijzer.nl).

- 

### **Een app op je telefoon:**

Er bestaan appjes die je downloadt op je telefoon. Zo'n appje stel je zelf in. De app zorgt dat je telefoon een geluidssignaal geeft als het tijd is om je pil in te nemen. Als je in je app-store van je telefoon zoekt op 'medicijnen' vind je verschillende appjes. Een aantal daarvan zijn gratis.

## Advies, aanschaf en vergoeding

### Wie geeft je goed advies?

Wil je advies over hulpmiddelen om je medicijnen uit de verpakking te krijgen? Vaak krijg je dat van de apotheker. Leg je probleem uit en vraag of de apotheker met je meedenkt over een oplossing. De apotheker maakt voor jou een medicijnrol of verstrekt je medicijnen in een potje. Daarnaast zijn veel kleine hulpmiddelen bij de apotheek te koop.

Kom je er met je apotheker niet uit? Vraag dan advies bij de hulpmiddelenwinkel of aan een ergotherapeut. Een ergotherapeut weet veel van aanpassingen, hulpmiddelen en geeft je advies op maat over al je dagelijkse handelingen. Je komt bij een ergotherapeut met een verwijsbrief van je huisarts of je reumatoloog.

### Aanschaf en vergoeding:

Kleine hulpmiddelen voor het openen en gebruiken van medicijnen koop je vaak bij de apotheek of bij de hulpmiddelenwinkel. Sommige hulpmiddelen, zoals een medicijndoos, vind je ook gewoon bij huishoudwinkels.

Voor deze kleine hulpmiddelen krijg je meestal geen vergoeding. Het is wel aan te raden om bij je zorgverzekeraar te informeren of je recht hebt op een vergoeding vanuit je aanvullende pakket.

### Meer weten?

- Kijk voor meer informatie op [informatielangdurigezorg.nl/regelhulp](https://informatielangdurigezorg.nl/regelhulp).
- Of neem contact op met 'het Juiste Loket'.

### Tips delen?

Heb jij nog meer tips hoe je medicijnen uit de verpakking krijgt? Of wil je tips van anderen lezen? Het kan allemaal op het prikbord van ReumaNederland.

Lees en deel tips op ons prikbord.