

Pijnstillers: gebruik, kennis en handelingen

Peiling Medicijnpanel van het IVM

COLOFON

AUTEURS:

Hanneke Zwikker
Marloes Dankers
Ruud Coolen van Brakel

November 2018

Wij hebben de grootst mogelijke zorg besteed aan deze uitgave. Aan de inhoud hiervan kunnen echter geen rechten worden ontleend. Het Instituut Verantwoord Medicijngebruik is niet aansprakelijk voor directe of indirecte schade die het gevolg is van het gebruik van de informatie die door middel van deze uitgave is verkregen. Niets uit deze uitgave mag worden gebruikt zonder vooraf verkregen toestemming.

Instituut Verantwoord Medicijngebruik

Churchillaan 11, 3527 GV UTRECHT

Tel 0888 800 400

Info@medicijngebruik.nl

www.medicijngebruik.nl



Instituut
Verantwoord
Medicijngebruik



Centraal Bureau
Drogisterijbedrijven

Inhoud

SAMENVATTING	3
CONCLUSIES.....	4
1. Het Medicijnpanel van het IVM.....	5
2. Waarom deze peiling?	5
3. Methodiek	5
4. Resultaten.....	6
4a – Beschrijving respondenten	6
4b – Gebruik van pijnstillers	6
4c – Ervaren pijn	9
4d – Pijn en handelingen	11
4e – Kennis over pijnstillers.....	12
4f – Pijnstillers, verkrijgbaarheid en advies.....	13
LITERATUURLIJST.....	19
BIJLAGE A.....	20

SAMENVATTING

In de week van 5 november 2018 voeren drogisten (aangesloten bij het keurmerk Erkend Specialist in de Zelfzorg) een voorlichtingscampagne, met als doel verantwoord gebruik van pijnstillers. Ter input van deze campagne voerde het IVM de huidige peiling uit onder leden van haar Medicijnpanel. Dit in opdracht van het Centraal Bureau Drogisterijbedrijven (CBD). 590 leden van het Medicijnpanel vulden hiertoe een online vragenlijst in over onder andere pijn, de sterkte van de gebruikte pijnstillers, handelingen bij pijn en meningen over de vrije verkrijgbaarheid van pijnstillers.

Veruit de meeste respondenten hebben een chronische aandoening en ruim de helft (55%) gebruikte afgelopen week synthetische pijnstillers. Dit was meestal paracetamol. Van de mensen die afgelopen drie maanden pijnstillers namen, gebruikte 90% paracetamol; bijna de helft gebruikte minstens één soort ontstekingsremmende pijnstiller (maar meestal niet dagelijks). De vrij verkrijgbare, ontstekingsremmende pijnstillers kopen de respondenten meestal op hun eigen initiatief in plaats van ze op recept te krijgen.

73% van de respondenten ervaarde matige tot ernstige pijn in de afgelopen drie maanden. Er is een duidelijk verband tussen ervaren pijn en de sterkte van de gebruikte (synthetische) pijnstillers: hoe sterker de pijn, hoe sterker de gebruikte pijnstiller. Relatief weinig mensen gebruikten sterkere pijnstillers (ontstekingsremmende pijnstillers of opiaten) bij milde pijn. Bijna een kwart van de mensen met ernstige pijn heeft hiervoor geen enkele vorm van pijnstilling gebruikt.

De respondenten is gevraagd hoe zij zouden handelen bij milde pijn, matige pijn en ernstige pijn (zoals, naar de huisarts gaan, paracetamol nemen, geen pijnstillers nemen, etcetera). Bij milde tot matige pijn kiest men meestal voor paracetamol en relatief weinig voor ontstekingsremmende pijnstillers. Pas bij ernstige pijn gaan mensen naar de huisarts.

We legden negen kennisstellingen voor over pijnstillers. Hieruit blijkt dat de meeste respondenten zich bewust zijn van het feit dat vrij verkrijgbare pijnstillers gevaren met zich mee kunnen brengen. Tegelijkertijd weet bijna 40% niet dat ontstekingsremmende pijnstillers (ernstige) bijwerkingen kunnen hebben. Kennis over veilig gebruik van (combinaties van) pijnstillers is niet optimaal.

We hebben de respondenten gevraagd of zij vinden dat pijnstillers vrij verkrijgbaar mogen zijn bij de drogist: 62,4% zegt 'ja', maar tweederde vindt dan wel dat er een deskundige in de drogist aanwezig moet zijn die advies kan geven over pijnstillers. Driekwart van alle respondenten vindt een (ongevraagde) risicowaarschuwing over pijnstillers door de drogist nuttig.

Tot slot wordt paracetamol 1000 mg per 1 januari 2019 niet meer vergoed vanuit de basisverzekering. Als de respondenten nu zelf gebruiker van dit middel op recept zouden zijn, dan zou ruim een kwart van hen de pijnstillers niet zelf gaan kopen zodra de vergoeding weg valt. Zij gaan terug naar de arts om te vragen naar een andere pijnstiller op recept.

CONCLUSIES

Pijnstillers worden veel gebruikt onder de groep respondenten die heeft meegedaan aan deze peiling. Dit is begrijpelijk gezien het hoge aandeel chronisch zieke mensen in de steekproef. De respondenten lijken voorzichtig om te gaan met pijnstillers, in de zin dat zij vooral kiezen voor paracetamol en minder voor ontstekingsremmende pijnstillers. Er is zelfs een aanzienlijke groep respondenten die bij ernstige pijn geen enkele vorm van pijnstilling heeft gebruikt. Als de respondenten gevraagd wordt wat ze doen op het moment dat men milde, matige of ernstige pijn heeft, valt ook op dat men pas bij ernstige pijn naar de huisarts gaat.

Toch is er reden voor alertheid bij het geven van voorlichting over pijnstillers. Ondanks dat de meeste respondenten weten dat vrij verkrijgbare pijnstillers gevaren met zich mee kunnen brengen, weet maar liefst 40% niet dat ontstekingsremmende pijnstillers (ernstige) bijwerkingen kunnen hebben. Dat om de dag paracetamol slikken niet goed is –je kunt hier juist hoofdpijn door krijgen - weet ook de helft van de respondenten niet. Tot slot is voor ruim 61% van de respondenten onbekend dat het onveilig is om diclofenac samen te gebruiken met antistollingsmiddelen. Een belangrijke aanwijzing in de context van de ruim 1,8 miljoen gebruikers van antistollingsmiddelen in 2017 in Nederland (www.gipdatabank.nl).

Deze resultaten onderstrepen het belang van voorlichting en advies over pijnstillers. Advisering door de drogist is niet alleen nodig maar ook gewenst: bijna 80% van de respondenten vindt het (heel erg) belangrijk dat in de drogist deskundig personeel aanwezig is om te adviseren over pijnstillers. Onder deze voorwaarde – deskundig personeel in de drogist – vindt een meerderheid dat pijnstillers vrij verkrijgbaar mogen zijn. Een ongevraagde risicowaarschuwing over pijnstillers in de drogist is eveneens welkom.

Tot slot: als respondenten zich voorstellen nu gebruiker te zijn van paracetamol 1000mg en deze wordt niet meer vergoed, dan zou een kwart deze pijnstilling niet zelf gaan kopen. In plaats daarvan gaan ze terug naar de arts om te vragen om een andere pijnstiller op recept. Dit kan mogelijk tot gevolg hebben dat er vanaf januari 2019 groeiende druk op huisartsen komt om onnodig zware pijnstillers voor te schrijven.

Noot

Het grootste deel van de steekproef in deze peiling heeft minstens één chronische aandoening. De resultaten van deze peiling zijn dus niet representatief voor de algemene bevolking. Houdt bij het interpreteren van gegevens ook rekening met de middelbare tot oudere leeftijd van de deelnemers en het feit dat vrouwen beter zijn vertegenwoordigd dan mannen.

1. Het Medicijnpanel van het IVM

Het Instituut Verantwoord Medicijngebruik (IVM) is een onafhankelijke organisatie die zich inzet voor een betere kwaliteit en doelmatigheid van de farmaceutische zorg. Per september 2016 heeft het IVM haar Medicijnpanel opgericht. De nu 2252 leden hebben zich spontaan aangemeld via een banner op www.meldpuntmedicijnen.nl. Negentig procent van de leden gebruikt medicijnen en bijna 70% heeft minstens één (chronische) aandoening. Met dit panel neemt IVM de mening en ervaringen van panelleden mee in haar activiteiten aangaande farmaceutische zorg. Ook andere (zorg)partijen kunnen het panel raadplegen. Denk aan het hoger onderwijs, de drogisterijenbranche, patiëntenorganisaties of onderzoeksinstellingen. Een raadpleging moet altijd tot doel hebben om de farmaceutische of farmacotherapeutische zorg voor medicijngebruikers te verbeteren.

2. Waarom deze peiling?

Nederlandse consumenten weten niet alles over juist gebruik van pijnstillers. Uit onderzoek van IVM onder haar panelleden in 2017 bleek bijvoorbeeld dat ruim de helft van de respondenten niet wist hoeveel paracetamol of ibuprofen je maximaal per dag mag slikken. Of hoe lang je moet wachten tussen twee innames [1]. Voor de gezondheid is het juist gebruiken van pijnstillers is echter belangrijk. Daarom voeren drogisterijen met het keurmerk Erkend Specialist in Zelfzorg jaarlijks een campagne over goed pijnstillergebruik.

Ook in de week van 5 november 2018 wordt deze campagne weer gevoerd. In opdracht van het Centraal Bureau Drogisterijbedrijven (CBD) voert IVM opnieuw een peiling uit in haar Medicijnpanel, met als doel om input te vergaren voor de campagne. We willen graag weten:



- Hoe vaak gebruiken de respondenten pijnstillers en hoe verkrijgen ze deze?
- Welke pijnstillers gebruiken zij en voor hoe lang?
- Wat is de verhouding tussen de sterkte van de gebruikte pijnstiller in relatie tot de ervaren pijn?
- Wat doen respondenten als ze milde pijn, matige pijn of heftige pijn ervaren?
- Wat is de mening van de respondenten over advisering door de drogist over pijnstillers en de vrije verkrijgbaarheid van pijnstillers?
- Wat doen respondenten (of zouden zij doen) als zij pijnstillers geadviseerd krijgen door de arts, maar ze zelf moeten aanschaffen?

We hebben ook enkele nieuwe kennisstellingen over pijnstillers voorgelegd.

3. Methodiek

Op 24-9-2018 zijn 2252 leden van het Medicijnpanel aangeschreven. Zij kregen een uitnodigingse-mail met informatie over het onderzoek en een link naar de online vragenlijst. Men heeft informed consent gegeven voordat men kon starten met het onderzoek. Data is verzameld tot en met 12-10-2018 en geanalyseerd met SPSS versie 24. Waar van toepassing zijn verschillen tussen respondenten getoetst op basis van de chi-kwadraattoets.

4. Resultaten

4a – Beschrijving respondenten

590 leden hebben gereageerd. Dat is een respons van 26%. Allen gaven informed consent. Tabel 1 beschrijft de demografische kenmerken van de respondenten.

Tabel 1 – Demografische kenmerken

Kenmerk		Aantal respondenten beantwoord	Data*
Geslacht	Vrouw	582	389 (66,8%)
	Man	582	190 (32,7%)
	Genderneutraal	582	3 (0,5%)
Leeftijd		581	65 (57-71)
Opleidingsniveau	Lager onderwijs	582	154 (26,5%)
	Middelbaar onderwijs	582	197 (33,9%)
	Hoger onderwijs	582	231 (39,7%)
Chronische aandoening(en)	Percentage 'ja'	582	498 (85,6%)
Medicatie voor chronische aandoening(en)	Percentage 'ja'	498	454 (91,2%)

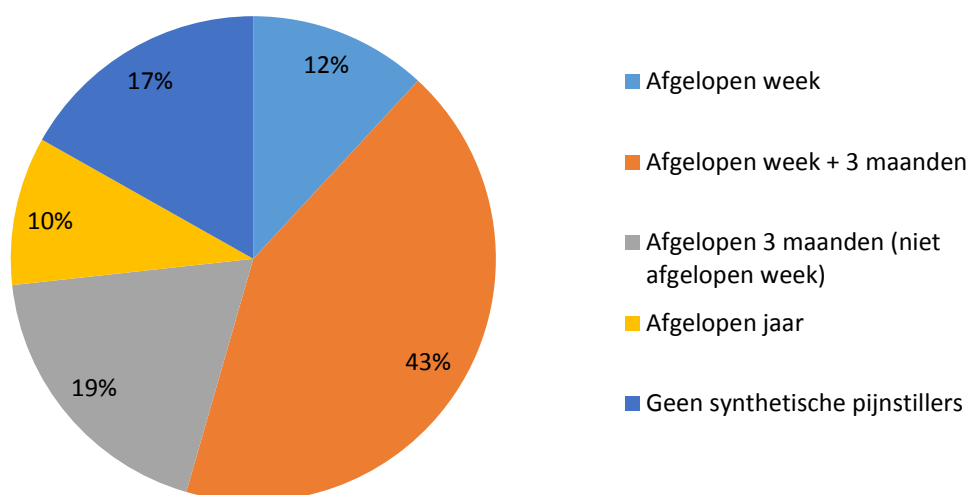
* Data betreft frequentie met percentage of mediaan met interkwartiel-range

Het merendeel van de respondenten is vrouw en wat ouder (mediane leeftijd 65 jaar; de jongste respondent was 17 jaar en de oudste respondent 90 jaar). Veruit de meeste mensen hebben een chronische aandoening en gebruiken daar medicatie voor.

4b – Gebruik van pijnstillers

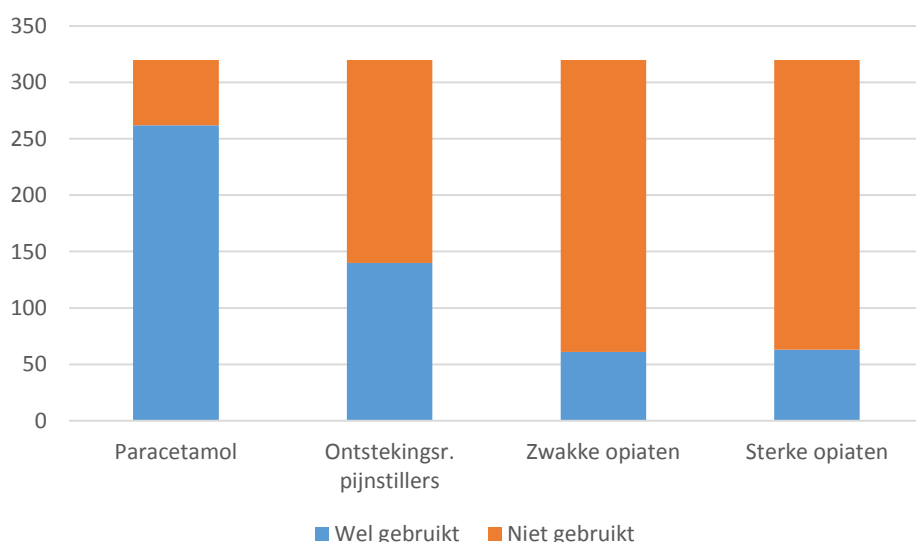
Van de 590 respondenten gebruikte ruim de helft (55%) synthetische pijnstillers¹ in de afgelopen week. Het grootste deel van deze groep gebruikte de pijnstillers ook in de afgelopen drie maanden. Een klein deel van de respondenten (10%) heeft wel in het afgelopen jaar synthetische pijnstillers gebruikt, maar niet in de afgelopen 3 maanden of afgelopen week. Bijna een vijfde (17%) gebruikte geen synthetische pijnstillers in het afgelopen jaar. Zie figuur 1.

¹ Pijnstillers tegen neuropatische pijn en triptanen zijn buiten beschouwing gelaten. Deze middelen zijn niet eenduidig in te delen naar sterkte (waar we in dit rapport mede naar kijken)



Figuur 1 - Gebruik synthetische pijnstillers (n=590)

Synthetische pijnstillers delen we in naar vier groepen: paracetamol, ontstekingsremmende pijnstillers, zwakke opiaten en sterke opiaten. Paracetamol is daarbij de minst sterke vorm van pijnstilling; de sterke opiaten zijn de sterkste vorm van pijnstilling. Figuur 2 laat per groep zien in hoeverre ze de afgelopen week zijn gebruikt (n=320). Figuur A in bijlage A splitst dit uit naar middel en intensiteit (dagelijks gebruikt of af en toe gebruikt). De groep slikte vooral paracetamol; 44% deed dat dagelijks. Minder dan de helft van de respondenten gebruikte afgelopen week (een vorm van) ontstekingsremmende pijnstillers; meestal niet dagelijks.

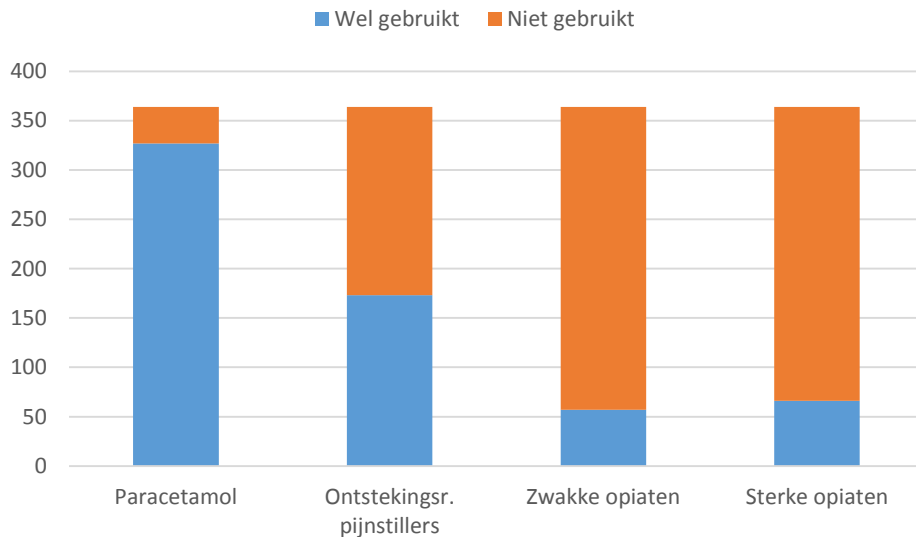


Figuur 2 – Soorten pijnstillers gebruikt in de afgelopen week (n=320)

Totaal hebben 26 mensen aangegeven dat zij een natuurlijk middel als pijnstiller hebben gebruikt in de afgelopen week. Het gaat daarbij vooral om cannabisolie (42%), om vitamines/mineralen

preparaten (15%) en om kruiden als kurkuma en gember (12%). 81% van deze 26 mensen gebruikte naast deze natuurlijke middelen ook synthetische pijnstillers in de afgelopen week.

Figuur 3 laat per groep synthetische pijnstillers zien in hoeverre ze zijn gebruikt in de afgelopen 3 maanden (n=364). Figuur B in bijlage A splitst dit weer uit naar middel en intensiteit (dagelijks gebruikt of af en toe gebruikt).



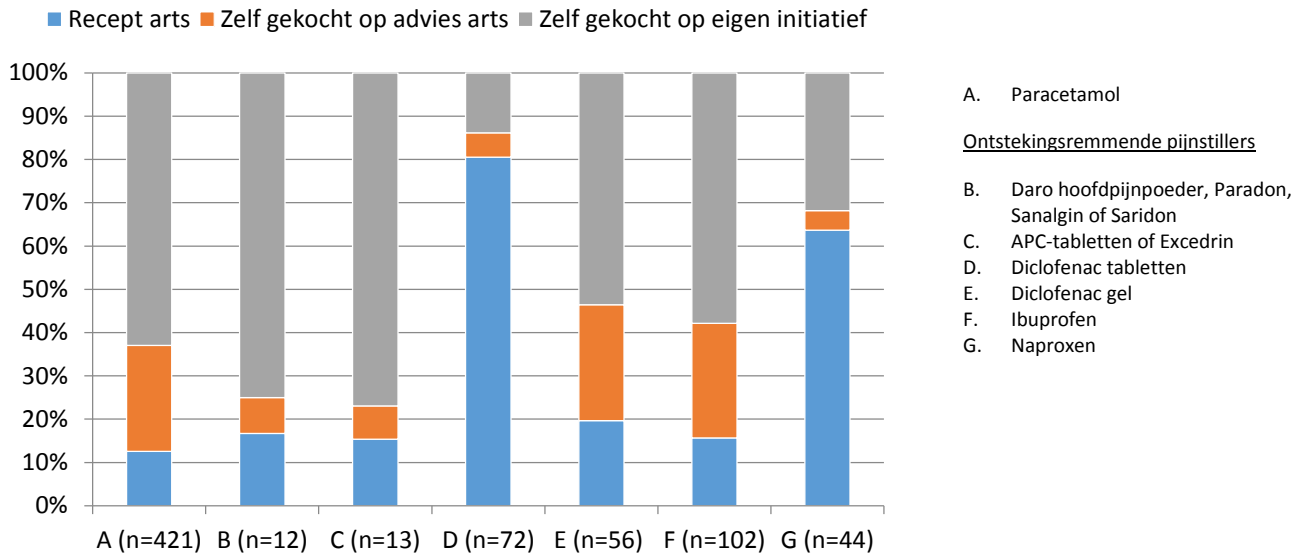
Figuur 3– Soorten pijnstillers gebruikt in de afgelopen drie maanden (n=364)

Ook hier zien we dat paracetamol veruit de vaakst gebruikte soort pijnstiller is: 90% van de 364 respondenten gebruikte deze pijnstiller in de afgelopen 3 maanden. 26% van hen deed dit dagelijks.

We zien ook dat bijna de helft (48%) van de 364 respondenten minstens één soort ontstekingsremmende pijnstiller heeft gebruikt. Veruit de meeste mensen gebruikten deze pijnstillers af en toe. Bijna één op vijf (18%) van de 364 respondenten gebruikte sterke opiaten, zoals morfine, fentanyl of oxycodon. Van deze mensen deed 58% dit dagelijks in de afgelopen drie maanden.

Wijze van verkrijgen pijnstillers

Opiaten zijn alleen op recept verkrijgbaar. Paracetamol en een deel van de ontstekingsremmende pijnstillers zijn naast op recept, vrij verkrijgbaar bij de drogist, apotheker of supermarkt. Voor deze middelen brachten we in kaart of de respondenten de pijnstillers zelf hebben gekocht of dat ze deze kregen via een recept van de arts (zie figuur 4).



Figuur 4 - Vrij verkrijgbare pijnstillers: verkregen op recept arts of zelf gekocht?

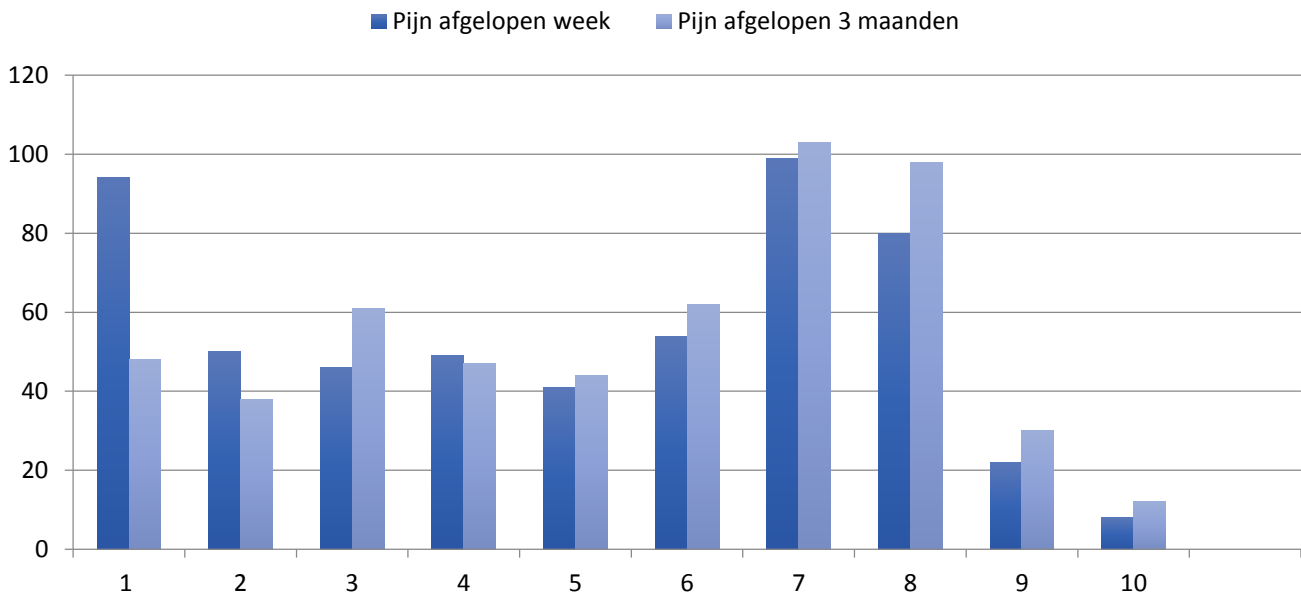
Opvallend is dat het merendeel van de ontstekingsremmende pijnstillers door mensen zelf worden gekocht, op hun eigen initiatief. Diclofenac tabletten en naproxen krijgt men daarentegen doorgaans op recept van de arts.

4c – Ervaren pijn

De respondenten kregen onderstaand pijnbalkje te zien:



543 respondenten gaven vervolgens aan hoeveel lichamelijke pijn men ervaarde in de afgelopen week en in de afgelopen drie maanden. Figuur 5 laat dit zien, met op de y-as het aantal respondenten en op de x-as de pijnscore. Score 1 staat voor 'geen pijn' en score 10 voor 'ergst denkbare pijn'.



Figuur 5 - Ervaren pijn in de afgelopen week en afgelopen 3 maanden (n=543)

Als we ervaren pijn indelen in categorieën, dan staat een score van 1-3 voor 'geen tot milde ervaren pijn', een score van 4-6 voor 'matig ervaren pijn' en een score van 7-10 voor ernstige ervaren pijn [2,3]. Tabel 2 toont de verdeling van de respondenten over deze categorieën.

Tabel 2 – Ervaren pijn in de afgelopen week en 3 maanden naar categorie

Pijnscore	Afgelopen week (n, %)	Afgelopen 3 maanden (n, %)
Geen tot milde pijn (score 1-3)	190 (35,0%)	147 (27,1%)
Matige pijn (score 4-6)	144 (26,5%)	153 (28,2%)
Ernstige pijn (score 7-10)	209 (38,5%)	243 (44,8%)
Totaal	543 (100%)	543 (100%)

Een ruime meerderheid van de respondenten (65%) heeft de afgelopen week matige tot ernstige pijn ervaren. De afgelopen drie maanden ervaarde 73% van de respondenten matige tot ernstige pijn. Er is een duidelijk verband tussen de mate van ervaren pijn en de sterkte van de gebruikte (synthetische) pijnstillers (tabel 3). NB: mensen die natuurlijke pijnstillers of pijnstillers tegen neuropatische pijn gebruikten maar daarnaast geen (andere) synthetische pijnstiller, zijn buiten beschouwing gelaten in deze analyse.

Tabel 3 – Ervaren pijn en sterkte van gebruikte pijnstillers in de afgelopen week en afgelopen drie maanden*

Categorie synthetische pijnstillers gebruikt	Geen tot milde pijn afgelopen week	Matige pijn afgelopen week	Ernstige pijn afgelopen week	Geen tot milde pijn afgelopen 3 mnd	Matige pijn afgelopen 3 mnd	Ernstige pijn afgelopen 3 mnd
Geen pijnstilling	80,3%	33,3%	13,7%	55,8%	29,6%	23,9%
Minst sterk (paracetamol)	12,8%	32,6%	18,5%	28,6%	30,9%	18,5%
Sterker (ibuprofen, etc.)	5,9%	23,4%	23,9%	11,6%	30,3%	22,2%
Opiaten, minder sterk	0,5%	5,7%	18,5%	1,4%	2,6%	14,4%
Opiaten, sterkst	0,5%	5,0%	25,4%	2,7%	6,6%	21,0%
Totaal N afgelopen week: 534. N afgelopen 3 maanden: 542.	100,0% n=188	100,0% n=141	100,0% n=205	100,0% n=147	100,0% n=152	100,0% n=243

* Verband getoetst aan de hand van de chi-kwadraat-test ($p < 0,000$). Voor verband tussen ervaren pijn in de afgelopen week en gebruikte type pijnstiller in de afgelopen week is de waarde van Somers' d 0,56. Voor verband tussen ervaren pijn in de afgelopen drie maanden en gebruikte type pijnstillers in de afgelopen drie maanden is de waarde van Somers' d 0,33. De waarde van Somers' d varieert tussen de -1 en de 1. Waarden dichtbij de 1 indiceren een zeer sterk verband tussen twee variabelen. Waarden dichtbij 0 geven aan dat er weinig tot geen verband is tussen twee variabelen. Indien een respondent pijnstillers uit verschillende categorieën gebruikte, telde de zwaarste categorie.

Relatief weinig mensen hebben sterkere pijnstillers (ontstekingsremmende pijnstillers of opiaten) gebruikt bij milde pijn. Opvallend is dat 33% van de mensen die afgelopen week matige pijn ervaaarde en bijna 14% van de mensen die ernstige pijn ervaaarde in de afgelopen week, geen enkele vorm van pijnstilling hebben gebruikt. Kijken we naar de afgelopen drie maanden dan gebruikte bijna een kwart van de mensen met ernstige pijn geen enkele vorm van pijnstilling.

4d – Pijn en handelingen

De respondenten kregen weer onderstaand pijnbalkje te zien:

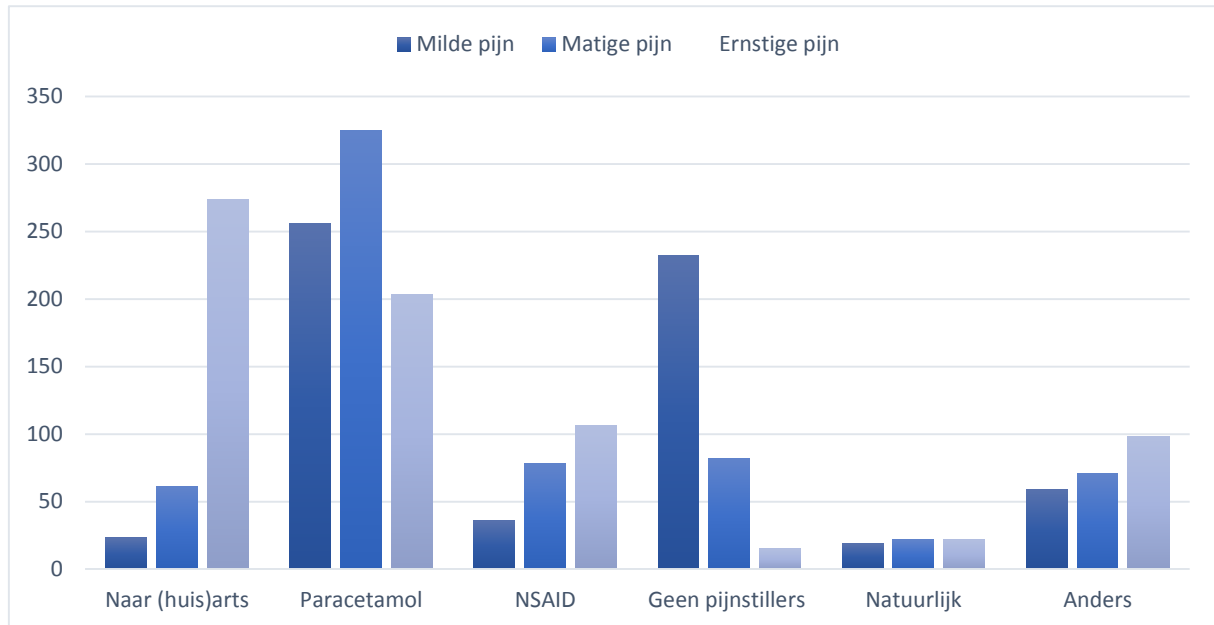


Zij stelden zich het hebben van milde pijn voor (score 1-3) en wat zij dan zouden doen:

- naar de (huis)arts gaan
- paracetamol nemen
- een ontstekingsremmende pijnstiller (NSAID) nemen
- geen pijnstillers nemen
- natuurlijke middelen nemen

- en/of een ander soort actie.

De respondenten hebben deze acties ook aangegeven bij matige pijn (score 4-6) en ernstige pijn (score hoger dan 6). Figuur 6 toont de resultaten (meerdere antwoorden mogelijk).



* X-as: handelingen. Y-as: aantal maal dat een handeling is aangekruist door totaal 536 respondenten

Figuur 6 – Pijn en handelingen*

Bij milde pijn nemen respondenten meestal een paracetamol of juist geen pijnstiller. Maar weinig mensen gaan voor milde pijn naar de huisarts. Bij matige pijn ziet het beeld er iets anders uit; de meeste respondenten kiezen dan vaker voor een pijnstiller (paracetamol) in plaats van niets te nemen. Ook met matige pijn gaan nog weinig mensen naar de huisarts. Bij ernstige pijn is dat anders; dan gaat men vooral naar de huisarts en kiest (ook) voor paracetamol.

In het algemeen valt op dat men bij pijn relatief weinig kiest voor het nemen van ontstekingsremmende pijnstillers; de voorkeur gaat uit naar paracetamol. Een aantal respondenten noemde andere acties als reactie op pijn, waaronder het nemen van natuurlijke middelen zoals wietolie of extra vitamines, nemen van andere voeding, rust nemen, lichamelijke oefeningen doen of contact opnemen met de arts.

4e – Kennis over pijnstillers

We hebben de respondenten een aantal kennisstellingen voorgelegd over pijnstillers die men kan kopen bij, onder andere, de drogist. Tabel 4 toont de kennis van 533 respondenten. In de groen gekleurde vlakken staat het percentage correcte antwoorden op een betreffende stelling.

Tabel 4 – Kennisstellingen over vrij verkrijgbare pijnstillers

Stellingen (n=533)	Stelling waar of onwaar?	% Waar	% Onwaar	% Weet ik niet
Pijnstillers van de drogist zijn ongevaarlijk.	Onwaar	9,2%	78,2%	12,6%
Om de dag paracetamol slikken tegen hoofdpijn is prima.	Onwaar	29,1%	53,7%	17,3%
Om de dag ibuprofen (een ontstekingsremmende pijnstiller) slikken tegen hoofdpijn is prima.	Onwaar	5,4%	75,1%	19,5%
Een ontstekingsremmende pijnstiller is veiliger dan paracetamol.	Onwaar	4,1%	74,3%	21,6%
Ontstekingsremmende pijnstillers hebben (ernstige) bijwerkingen.	Waar	60,8%	11,4%	27,8%
Paracetamol met ibuprofen tegelijk nemen is veilig.	Waar	20,6%	47,1%	32,3%
Ibuprofen met diclofenac tegelijk nemen is veilig.	Onwaar	4,3%	60,4%	35,3%
Paracetamol kan samen met bloedverdunners veilig gebruikt worden.	Waar	54,8%	16,7%	28,5%
Diclofenac kan samen met bloedverdunners veilig gebruikt worden.	Onwaar	8,4%	38,7%	52,9%
Iemand van 70 jaar of ouder kan veilig ibuprofen gebruiken.	Onwaar	5,6%	50,5%	43,9%

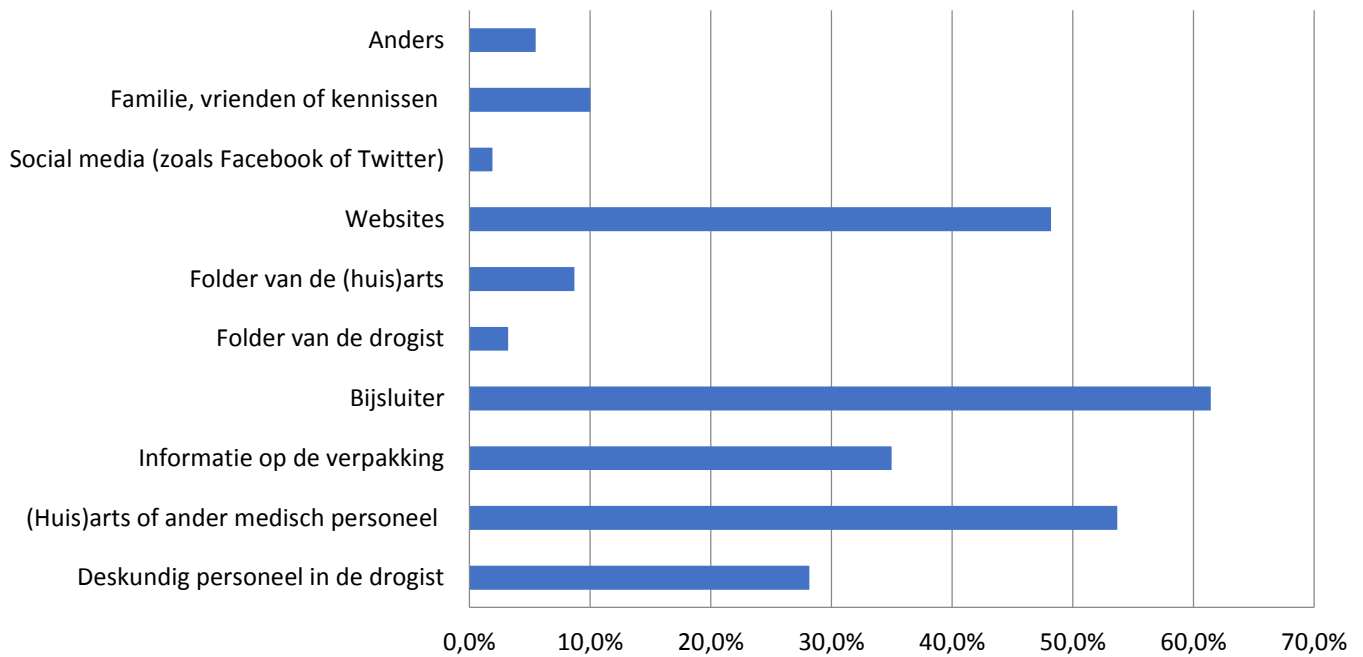
De meeste respondenten zijn zich ervan bewust dat pijnstillers die te koop zijn bij de drogist gevaren met zich mee brengen. Bijna de helft van de mensen is zich er echter niet van bewust dat om de dag paracetamol slikken tegen hoofdpijn niet verstandig is. Dit kan namelijk hoofdpijn in de hand werken. Een vijfde van de respondenten weet niet dat paracetamol veiliger in gebruik is dan een ontstekingsremmende pijnstiller en bijna 40% weet niet dat ontstekingsremmende pijnstillers (ernstige) bijwerkingen kunnen hebben. De kennis over het veilig kunnen nemen van combinaties van pijnstillers wisselt, met 60% als hoogst percentage juiste antwoorden op de stelling 'Ibuprofen met diclofenac tegelijk nemen is veilig'. Tot slot weet de helft van de mensen dat iemand van 70 jaar of ouder ibuprofen niet zomaar veilig kan gebruiken.

De percentages in tabel 4 gelden voor de gehele groep respondenten: de niet-chronisch zieke respondenten en de chronisch zieke respondenten. Tabel A in bijlage A laat de resultaten zien voor alleen de groep chronisch zieke patiënten. De resultaten zijn vrijwel hetzelfde.

4f – Pijnstillers, verkrijgbaarheid en advies

Inwinnen advies drogist

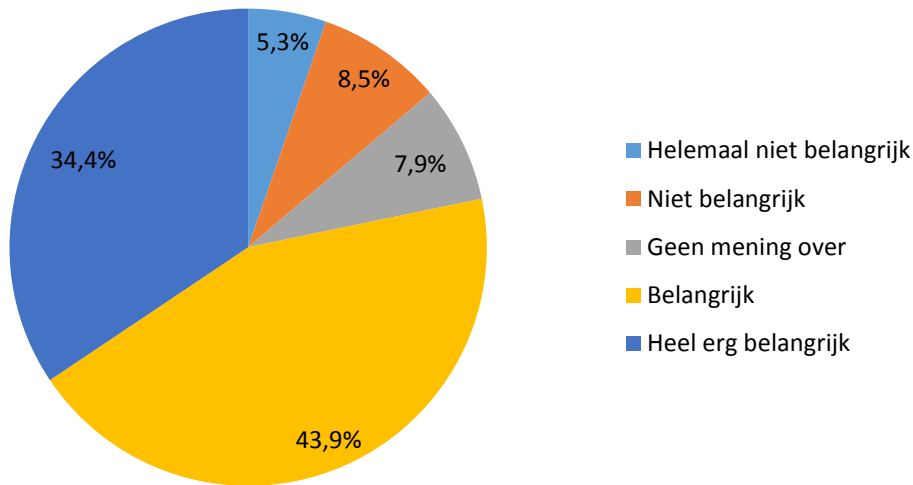
451 (85,6%) van 533 respondenten heeft wel eens pijnstillers bij de drogist gekocht. Van deze groep gaf 26,7% aan wel eens advies of informatie over de pijnstillers te hebben gevraagd aan het personeel van de drogist. 529 respondenten beantwoordden de vraag waar zij informatie vandaan halen als zij pijnstillers (zouden) kopen bij de drogist, zie figuur 7:



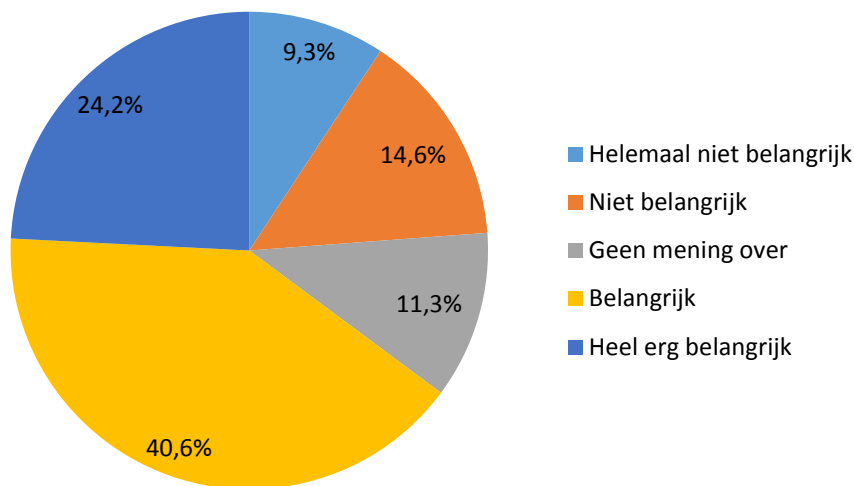
Figuur 7 - Pijnstillers kopen bij drogist: waar haalt men informatie vandaan? (n = 529, meerdere antwoorden mogelijk)

De bijsluiter, websites en (huis)arts of ander medisch personeel zijn daarbij het vaakst genoemd. Deskundig personeel in de drogist noemde 28,2% van de mensen.

Ondanks dat een ruime meerderheid van de respondenten niet zelf informeert bij de drogist over pijnstillers, vindt 78,3% van 529 respondenten het wel (heel erg) belangrijk dat in de drogist deskundig personeel aanwezig is om te adviseren over pijnstillers. En 64,8% van de mensen vindt het (heel erg) belangrijk dat men persoonlijk advies kan krijgen over pijnstillers door dit deskundige personeel (zie figuur 8 en 9).



Figuur 8 - Hoe belangrijk vindt u het dat in de drogist deskundig personeel aanwezig is om te adviseren over pijnstillers?

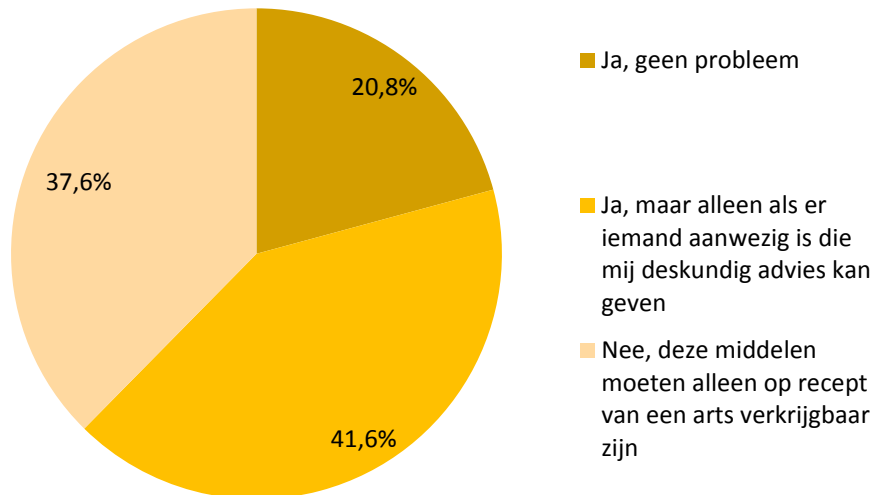


Figuur 9 - Hoe belangrijk vindt u persoonlijk advies over pijnstillers door deskundig personeel in de drogist?

Als we alleen kijken naar de groep chronisch zieke respondenten, dan vindt 77,3% van 449 respondenten het (heel erg) belangrijk dat in de drogist deskundig personeel aanwezig is om te adviseren over pijnstillers. En 63,7% van de mensen vindt het (heel erg) belangrijk dat men persoonlijk advies kan krijgen over pijnstillers door dit deskundige personeel.

Pijnstillers: verkrijgbaarheid en risicowaarschuwing door de drogist

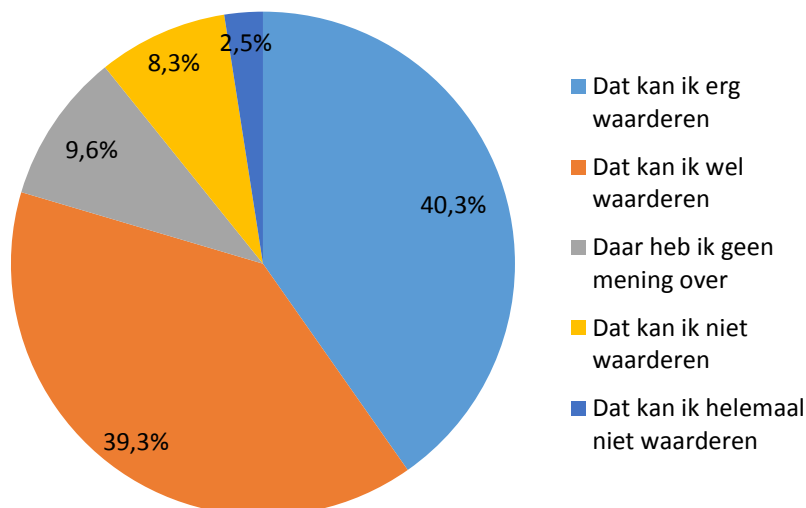
Vrij verkrijgbare pijnstillers kunnen risico's meebrengen voor de gezondheid. We hebben de respondenten gevraagd of zij vinden dat deze pijnstillers vrij verkrijgbaar mogen zijn bij de drogist. 20,8% van de 529 respondenten vond van wel; 41,6% vond dit alleen als er iemand in de drogist aanwezig is die deskundig advies over deze pijnstillers kan geven (figuur 10).



Figuur 10 - Mogen pijnstillers die gezondheidsrisico's kunnen hebben, vrij verkrijgbaar zijn bij de drogist? (n=529)

Onder de groep chronisch zieke respondenten (n=449) waren deze percentages vrijwel hetzelfde (respectievelijk 20,0% 'Ja, geen probleem', 41,4% 'Ja, maar alleen als iemand in drogist aanwezig is die deskundig advies kan geven' en 38,5% 'alleen op recept arts verkrijgbaar').

We vroegen aan alle de respondenten of zij een (ongevraagde) risicowaarschuwing over pijnstillers door de drogist nuttig zouden vinden: 74,1% vindt dat nuttig, 12,3% heeft er geen mening over en 13,6% vindt dat niet nuttig (n=529). We vroegen ook of zij een dergelijke risicowaarschuwing zouden kunnen waarderen: het overgrote deel van de respondenten kan dat (erg) waarderen (figuur 11).



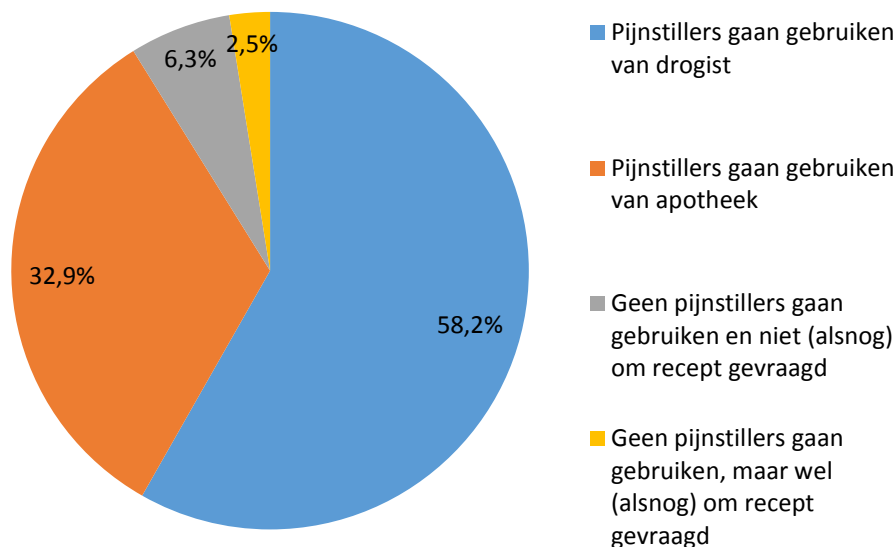
Figuur 11 - Als de drogist uit zichzelf vertelt welke risico's pijnstillers hebben, kunt u dat waarderen? (n=529)

De percentages zijn vrijwel hetzelfde onder de groep chronisch zieke respondenten (n=449): 73,7% vindt een (ongevraagde) risicowaarschuwing over pijnstillers door de drogist nuttig, 12,7% heeft er geen mening over en 13,6% vindt dat niet nuttig. 79,5% van de chronisch zieken kan een dergelijke waarschuwing (erg) waarderen; 10,9% kan dat (helemaal) niet waarderen.

Pijnstilling op advies van de arts: zelf kopen?

Stel dat een patiënt bij de arts komt vanwege pijn. En de arts adviseert om pijnstillers te nemen, maar schrijft geen recept voor. Gaan mensen de pijnstillers dan wel zelf kopen en gebruiken? We legden hierover een aantal vragen voor aan de respondenten.

Van 529 respondenten zijn 362 (68,4%) het afgelopen jaar bij een arts geweest vanwege pijn. Bij 278 van deze 362 mensen (76,8%) adviseerde de arts pijnstillers. 199 mensen kregen daarbij een recept voor pijnstilling of moesten doorgaan met pijnstillers die zij al langer op recept gebruikten; 79 mensen kregen het advies om zelf pijnstillers te kopen bij de drogist of apotheek. Aan deze mensen hebben we gevraagd wat zij met dit advies hebben gedaan (figuur 12).

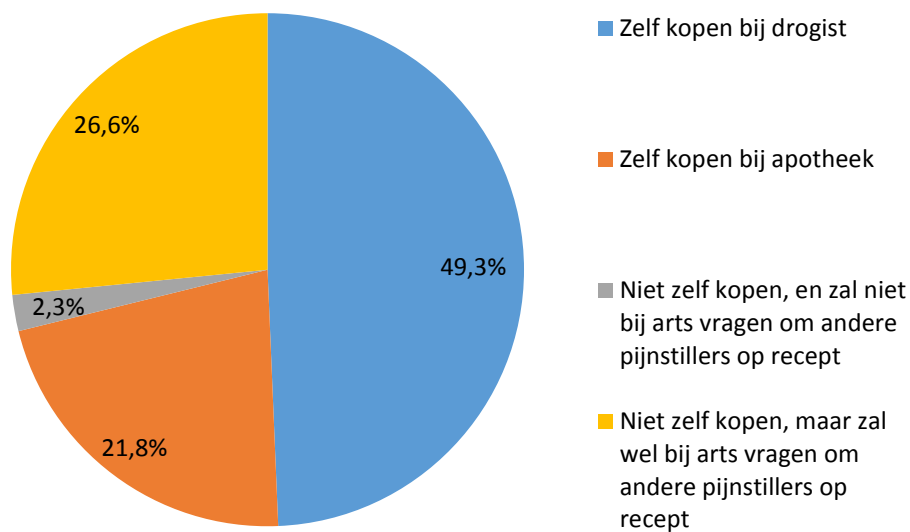


Figuur 12 - Als arts adviseert om zelf pijnstillers te kopen: wat doet men met dat advies? (n=79)

Het overgrote deel van de mensen heeft toch zelf pijnstillers gekocht en gebruikt. Van de zeven respondenten die geen pijnstillers zijn gaan gebruiken, gaven vijf als reden dat zij het niet nodig vonden om de pijnstillers te gebruiken. Een respondent gaf aan antipathie te voelen tegenover medicijnen en de laatste respondent is alternatieve pijnstilling gaan kopen.

Paracetamol 1000mg uit de basisverzekering

Per 1 januari 2019 wordt paracetamol 1000mg niet meer vergoed vanuit de basisverzekering. De respondenten is gevraagd zich voor te stellen dat men zelf gebruiker is van dit middel op recept. En wat men zou doen als men dit middel voortaan zelf zou moeten kopen en betalen (figuur 13). 71,1% van de respondenten zou de pijnstiller dan toch zelf kopen bij de drogist of apotheek. De andere respondenten zouden de pijnstiller niet zelf gaan kopen maar (meestal) wel bij de arts vragen om een andere pijnstiller op recept.



Figuur 13 - Paracetamol 1000mg uit basisverzekering: wat zou men doen als men dit middel voortaan zelf moet kopen en betalen? (n=527)

Onder 448 chronisch zieke respondenten zou 71,6% zelf pijnstillers kopen bij de drogist of apotheek. 26,8% zou de pijnstiller niet zelf gaan kopen, maar wel bij de arts vragen om een andere pijnstiller op recept.

Aan de 152 respondenten (niet ziek en chronisch ziek) die deze pijnstiller dan niet meer zelf zouden kopen, is gevraagd naar de reden(en). 59,5% antwoordde 'te duur', 7,2% antwoordde "Ik vind het dan niet (meer) nodig om de pijnstiller te gebruiken" en 40,1% gaf (ook) nog een andere reden op (of toelichting). Tabel 5 laat de geclusterde open antwoorden zien.

Anders: geclusterde, open antwoorden (n = 61)	Percentage
Mening en kennis van de arts te belangrijk om zelf te kopen en te gebruiken (bv door combinatie met andere medicijnen)	18,0%
Zulke zware pijnstillers gebruik je met een reden. Die hoor je niet zelf te betalen	13,1%
Ik betaal al genoeg zorgpremie	13,1%
Ik kan dat niet betalen	11,5%
Ik gebruik/betaal al veel medicijnen, daarom zou ik eerst zoeken naar een alternatief via de arts	8,2%
Ik ben allergisch voor bepaalde pijnstillers	6,6%
Dan is geen zicht meer op gebruik (gevaarlijk voor gezondheid)	4,9%
Waarom geen andere pijnstiller die wel vergoed wordt. Eerst maar bespreken en proberen	3,3%
Ik krijg al via de medisch specialist/ziekenhuis pijnstillers	3,3%
Ik vind het een zorgplicht van de arts en zorgverzekeraar om mij een zo zo'n pijnloos mogelijk leven te geven	3,3%
Ik koop überhaupt zelden pijnstillers	1,6%
Overig	13,1%

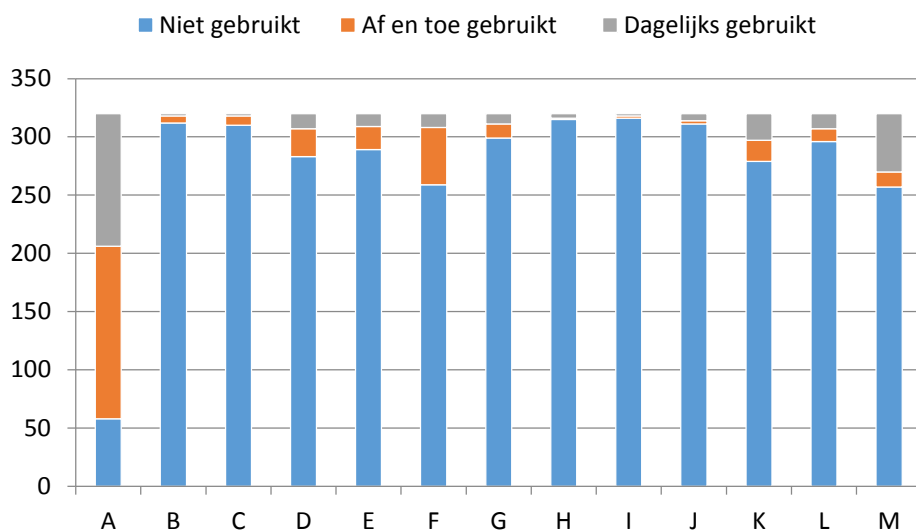
LITERATUURLIJST

[1] de Metz J , Van Rijn van Alkemade E (2017). *Kennis en gebruik pijnstillers, onderzoeksrapport*. Utrecht: Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik

[2] Berends N. (2016, 28 oktober). Onderneem actie bij een pijnscore van 4 of hoger. Geraadpleegd van <https://www.nursing.nl/onderneem-actie-bij-een-pijnscore-van-4-of-hoger>

[3] Werkgroep NHG-standaard Pijn. NHG-standaard pijn. Utrecht: NHG, 2018. Zie www.nhg.org

BIJLAGE A



Figuur A - Soorten pijnstillers gebruikt en intensiteit daarvan in de afgelopen week (n=320)

Paracetamol

A. Paracetamol

Ontstekingsremmende pijnstillers

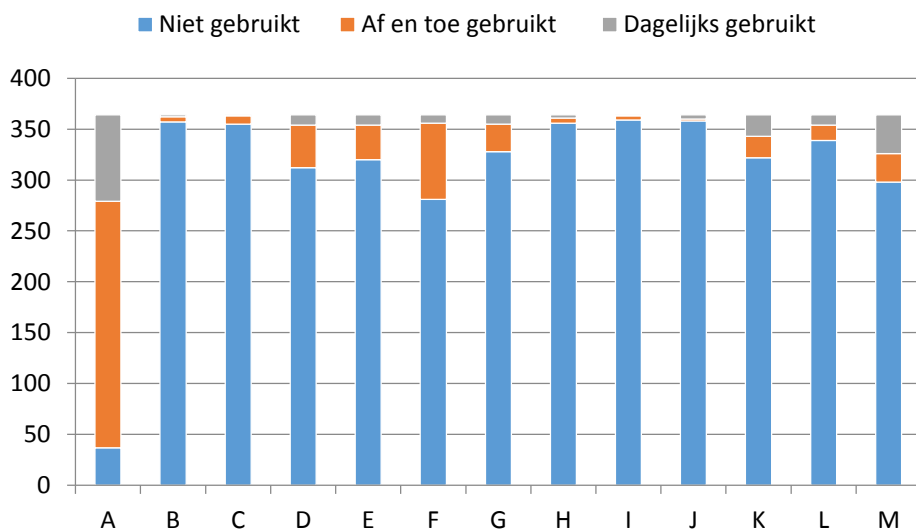
- B. Daro hoofdpijnpoeder, Paradon, Sanalgin of Saridon
- C. APC-tabletten of Excedrin
- D. Diclofenac tabletten
- E. Diclofenac gel
- F. Ibuprofen
- G. Naproxen
- H. Meloxicam
- I. Celecoxib
- J. Etoricoxib

Zwakke opiaten

- K. Tramadol
- L. Combinatietablet tramadol en paracetamol

Sterke opiaten

- M. Sterke opiaten zoals buprenorfine, morfine, fentanyl of oxycodon



Figuur B - Soorten pijnstillers gebruikt en intensiteit daarvan in de afgelopen drie maanden (n=364)

Paracetamol

A. Paracetamol

Ontstekingsremmende pijnstillers

- B. Daro hoofdpijnpoeder, Paradon, Sanalgin of Saridon
- C. APC-tabletten of Excedrin
- D. Diclofenac tabletten
- E. Diclofenac gel
- F. Ibuprofen
- G. Naproxen
- H. Meloxicam
- I. Celecoxib
- J. Etoricoxib

Zwakke opiaten

- K. Tramadol
- L. Combinatietablet tramadol en paracetamol

Sterke opiaten

- M. Sterke opiaten zoals buprenorfine, morfine, fentanyl of oxycodon

Tabel A – Kennisstellingen over vrij verkrijgbare pijnstillers, beantwoord door chronisch zieke respondenten

Stellingen (n=453)	Stelling waar of onwaar?	% Waar	% Onwaar	% Weet ik niet
Pijnstillers van de drogist zijn ongevaarlijk.	Onwaar	8,6%	79,7%	11,7%
Om de dag paracetamol slikken tegen hoofdpijn is prima.	Onwaar	28,9%	54,1%	17,0%
Om de dag ibuprofen (een ontstekingsremmende pijnstiller) slikken tegen hoofdpijn is prima.	Onwaar	5,5%	75,7%	18,8%
Een ontstekingsremmende pijnstiller is veiliger dan paracetamol.	Onwaar	4,6%	75,3%	20,1%
Ontstekingsremmende pijnstillers hebben (ernstige) bijwerkingen.	Waar	61,6%	11,7%	26,7%
Paracetamol met ibuprofen tegelijk nemen is veilig.	Waar	20,3%	47,0%	32,7%
Ibuprofen met diclofenac tegelijk nemen is veilig.	Onwaar	4,9%	61,6%	33,6%
Paracetamol kan samen met bloedverdunners veilig gebruikt worden.	Waar	55,8%	16,3%	27,8%
Diclofenac kan samen met bloedverdunners veilig gebruikt worden.	Onwaar	8,4%	38,9%	52,8%
Iemand van 70 jaar of ouder kan veilig ibuprofen gebruiken.	Onwaar	4,9%	52,5%	42,6%

