



# Kako jemati zdravila

*Sara Kenda*



Bolniki s kronično ledvično boleznijo pogosto prejemajo številna zdravila. Za ustrezno delovanje zdravil in njihovo varnost je ključnega pomena pravilna uporaba. Vse o pravilni uporabi posameznega zdravila je zapisano v navodilih za uporabo, ki so del vsakega pakiranja zdravila. Pogosto zmotno mislimo, da nam bo zdravilo pomagalo v trenutku, ko ga vzamemo. Vedno pa je na učinek zdravila potrebno počakati. Dober primer so protibolečinska zdravila, ki jih vzamemo, ko nas kaj boli, a je za nastop učinka potrebno počakati vsaj 15 minut. Številna zdravila nimajo učinkov, ki bi jih občutili (npr. zdravila za zniževanje krvnega tlaka, zdravila za zniževanje sladkorja v krvi), pa jih je potrebno vseeno redno jemati. Pri zdravljenju kroničnih bolezni je zelo pomembno, da zdravila jemljemo redno in odmerkov ne izpuščamo, saj nam le redno jemanje omogoča ustrezen nadzor nad boleznijo.

## Sistemska in lokalno zdravljenje

Ko govorimo o zdravilih, najprej pomislimo na tablete ali kapsule, vendar so zdravila lahko v različnih oblikah. Sistemska zdravila običajno zaužijemo skozi usta in delujejo na celo telo. Lahko so v obliki tablet, kapsul, zrn, praškov, sirupov, tonikov. Skozi prebavila se zdravilo vsrka v kri, ta pa ga raznese po telesu. Včasih je potrebno sistemska zdravila vbrizgati tudi direktno v kri, s tem dosežemo hitrejši učinek. Takšen način dajanja zdravila izvajajo v zdravstvenih domovih in bolnišnicah. Poleg sistemskih zdravil poznamo tudi lokalna, med katerimi se najpogosteje srečujemo z mazili, kremami in pršili. Ta zdravila delujejo na mestu, kamor smo jih nanesli.

## Oblike zdravil

Pri oblikah zdravil za sistemska uporaba se najpogosteje srečujemo s tabletami in kapsulami. Tablete se med seboj razlikujejo v barvi in obliki, nekatere imajo razdelilno zarezo, druge ne. Vsa zdravila brez zareze je potrebno pojesti/pogoltniti cela brez deljenja ali drobljenja. Ta zdravila imajo namreč prilagojeno sproščanje, kar pomeni, da se obloga zdravila po zaužitju počasi topi in učinkovina iz zdravila prilagojeno sprošča v kri, ali pa gre za obliko, ki mora priti na posebno mesto v prebavilih, kjer se vsrka v kri (npr. gastrorezistentne tablete/kapsule). V primeru, da bi oblogo poškodovali z drobljenjem in deljenjem, bi se celotna učinkovina sprostila v kri naenkrat ali na nepravem mestu, kar pa bi lahko imelo za tistega, ki zdravilo zaužije, hude posledice. Žal tudi vsa zdravila, ki imajo zarezo, niso namenjena deljenju odmerkov. Zareza je pri nekaterih zdravilih namenjena zgolj delitvi zdravila z namenom lažjega zaužitja,

obe polovici pa morate zaužiti naenkrat. Ali je zdravilo namenjeno delitvi odmerkov (npr. polovico vzamemo zjutraj in polovico zvečer), je potrebno preveriti v navodilih za uporabo zdravila ali o tem povprašati zdravnika ali farmacevta.

## Shranjevanje zdravil

Za ustrezno delovanje zdravil je potrebno tudi pravilno shranjevanje. Vse o pravilnem shranjevanju posameznega zdravila je napisano v priloženem navodilu za uporabo. Običajno je potrebno zdravila shranjevati pri temperaturi pod 25°C, zaščitena pred svetlobo in vlago. Pomembno je, da v stanovanju najdemo primeren prostor za shranjevanje zdravil brez direktne svetlobe in prekomerne vlage, kopalnica zagotovo ni primeren prostor. Določena zdravila je potrebno shranjevati v hladilniku na temperaturi med 2 in 8°C. Pri tem je pomembno, da zdravil ne shranjujemo v vratih hladilnika (kjer je temperatura višja) ali na zadnji strani hladilnika (kjer lahko zdravila zmrznejo). Zdravila shranjujemo v originalni embalaži s priloženimi navodili. S tem imamo nadzor nad rokom uporabe ter imamo na voljo navodila za uporabo, če jih še potrebujemo. Po iztečenem roku uporabe ali v primeru, da zdravila niso bila pravilno shranjevana, niso več uporabna. Neuporabna (odpadna) zdravila ne smemo vreči v smeti, ampak jih vrnemo v lekarno, kjer poskrbijo za ustrezno uničenje.

V nadaljevanju podajamo nekaj navodil o pravilnem jemanju najpogosteje predpisanih zdravil pri bolnikih s kronično ledvično boleznijo.

## Zdravila za zniževanje krvnega tlaka

### Zaviralci angiotenzinske konvertaze (ACE)

Jemljem:

Gre za pogosto predpisana zdravila za zniževanje krvnega tlaka, ki se pri ledvičnih bolnikih lahko uporabljajo tudi z namenom upočasnjevanja napredovanja kronične ledvične bolezni.

**Kako jemati?** Zdravila je najboljšo jemati na tešče, vsak dan ob istem času (običajno zjutraj ali zvečer). V kolikor jemanje na tešče ni mogoče, jih lahko vzamete tudi skupaj s hrano, vendar če se le da, vsak dan na enak način.



**Posebna opozorila pri jemanju.** Posebna previdnost je potrebna v primeru driske ali bruhanja ali visoke temperature s prekomernim znojenjem, saj lahko pride do nenadne (akutne) ledvične odpovedi in hudega znižanja krvnega tlaka. V takšnem primeru je treba začasno prekiniti zdravljenje z zaviralcem ACE. Jemanje lahko nadaljujete, ko težave izzvenijo in lahko normalno pijete. Neželeni učinek zaviralcev ACE je lahko kašelj, zato je potrebno ob vztrajnem kašlju obiskati zdravnika. Prav tako morate poznati resen neželeni učinek - pojav otekline (angioedem). Če se pojavi v predelu grla, je zelo nevarna, zato je potreben takojšen obisk zdravnika. Ker se včasih ob jemanju zdravila lahko poveča koncentracija kalija in poslabša ledvično delovanje, vam bodo po uvedbi zdravljenja z ACE zaviralci obdobje spremljali vrednosti kalija in kreatinina v krvi.

## Antagonisti angiotenzina II ali sartani

Jemljem:

Uporabljajo se za zniževanje krvnega tlaka in za upočasnjevanje napredovanja kronične ledvične bolezni v primeru neprenašanja ali izraženih neželenih učinkov zaviralcev ACE.

**Kako jemati?** Jemljete jih lahko neodvisno od hrane, vsak dan ob istem času in na enak način.

**Posebna opozorila pri jemanju.** Glede ukinitve ob pojavu bruhanja ali driske velja enako kot za zaviralce ACE, neželenega učinka kašlja in angioedema pa pri teh zdravilih ni pričakovati. Sočasna uporaba zaviralcev ACE in sartanov ni priporočljiva zaradi povečanega tveganja za poslabšanje ledvičnega delovanja.

## Zaviralci kalcijevih kanalčkov

Jemljem:

Uporabljajo se za zniževanje krvnega tlaka. Zaviralci kalcijevih kanalčkov se ne izločajo v veliki meri preko ledvic in njihovih odmerkov pri ledvičnih bolnikih ni potrebno prilagajati.

**Kako jemati?** Jemlje se jih lahko neodvisno od hrane, vsak dan ob istem času in na enak način.

**Posebna opozorila pri jemanju.** Ta zdravila povzročajo otekanje nog, zato se priporoča, da jih jemljete zvečer. V primeru, da prejemate kratkodelujoči zaviralec kalcijevih kanalčkov, morate biti pozorni na prekomerno znižanje krvnega tlaka, kar se lahko kaže z vrtoglavico. Če se vam to dogaja, je smiselno, da o tem obvestite zdravnika.

## Zaviralci adrenergičnih receptorjev beta ali beta blokatorji

Jemljem:

Ta zdravila so redko predpisana zgolj z namenom zniževanja krvnega tlaka. Pogosteje se jih predpisuje zaradi drugih sočasnih stanj, kot so na primer aritmije, srčno popuščanje in ishemična bolezen srca.

**Kako jemati?** Smiselno je, da se jih jemlje vsak dan ob istem času. Da ne prihaja do hitrega in prekomernega učinka je smiselno, da jih jemljete ob ali po jedi.

**Posebna opozorila pri jemanju.** V kolikor imate sladkorno bolezen, lahko nekateri beta blokatorji zakrijejo simptome hipoglikemije (preprečujejo hiter utrip srca), zato je potrebna previdnost.

## Zaviralci adrenergičnih receptorjev alfa ali alfa blokatorji

Jemljem:

To so zdravila za zdravljenje povišanega krvnega tlaka. Ker so alfa receptorji prisotni tudi v drugih mišicah in ne zgolj v mišicah žil, se lahko uporabljajo tudi kot zdravila za zdravljenje benigne hiperplazije prostate.

**Kako jemati?** Smiselno je, da se jemljejo vsak dan ob istem času, neodvisno od hrane.

**Posebna opozorila pri jemanju.** Alfa blokatorji (predvsem kratkodelujoči) lahko



povzročajo hitro znižanje krvnega tlaka, kar lahko povzroča vrtoglavico. Temu so bolj izpostavljeni starejši. Smiselno je, da v primeru vrtoglavic o tem obvestite zdravnika.

## Zdravila za odvajanje vode (diuretiki)

### Diuretiki zanke

Jemljem:

Uporablja se jih za znižanje krvnega tlaka, pri zdravljenju srčnega popuščanja in drugih stanj, ki povzročajo otekline (edeme).

**Kako jemati?** Jemanje diuretikov povzroči pogostejšo potrebo po odvajanju vode, zato se svetuje, da jih jemljete zjutraj. Za doseganje večjega učinka je smiselno, da jih jemljete na tešče (ni pa nujno). V primeru, da jemljete zdravilo dvakrat dnevno, je najprimerneje, da prvi odmerek vzamete zjutraj, drugi pa popoldan (6-8 ur po prvem odmerku) in ne zvečer, da se tako izognete povečani potrebi po odvajanju vode ponoči.

**Posebna opozorila pri jemanju.** V primeru driske ali bruhanja ali visoke temperature s prekomernim znojenjem je pri slabšem ledvičnem delovanju treba začasno prekiniti zdravljenje z diuretiki, da s tem preprečite poslabšanje ledvičnega delovanja ob morebitni izsušitvi. Ko se stanje izboljša, lahko z jemanjem diuretikov ponovno začnete.

V primeru, da že imate prisotne hujše otekline nog in drugih delov telesa, bo delovanje teh zdravil najverjetneje slabše oz. zelo pogosto nezadostno, saj je oteklina prisotna tudi v prebavilih, zato se zdravila slabše vsrkajo v telo in v kri ne pride dovolj zdravila. Če zdravilo po zaužitju v primeru oteklina ne poveča izločanja vode (ne poveča izločanja urina), je smislen obisk zdravnika in dajanje zdravila v žilo.



## Tiazidni diuretiki

Jemljem:

Uporabljajo se za zdravljenje povišanega krvnega tlaka.

**Kako jemati?** Smiselno je, da se jih zaradi diuretičnega učinka jemlje zjutraj, neodvisno od hrane. Pogosto so tiazidni diuretiki ena izmed učinkovin v kombiniranih zdravilih za zniževanje krvnega tlaka, redko so samostojno zdravilo.

## Diuretiki, ki varčujejo s kalijem

Jemljem:

Poleg zdravljenja povišanega krvnega tlaka se uporabljajo tudi za zdravljenje drugih bolezni, kot so na primer srčno popuščanje, jetrna ciroza in kronična ledvična bolezen. Kot nam že ime pove, s svojim delovanjem zadržujejo kalij v telesu, kar je pri bolnikih s kronično ledvično boleznijo lahko še posebej problematično.

**Kako jemati?** Kot ostale diuretike se tudi te svetuje jemati zjutraj. Spironolakton je potrebno jemati skupaj s hrano, epleronon pa lahko jemljete neodvisno od hrane.

**Posebna opozorila pri jemanju.** Pomembno je, da ob jemanju diuretikov, ki varčujejo s kalijem, v svoji prehrani omejite vnos kalija. Kalija je več predvsem v svežem sadju in zelenjavi ter določenih prehranskih dodatkih, ki so namenjeni športnikom. Poleg tega se svetuje, da se v primeru driske ali bruhanja ali visoke temperature s prekomernim znojenjem pri slabšem ledvičnem delovanju začasno prekine z jemanjem teh zdravil in s tem prepreči pojav prekomernih koncentracij kalija v krvi. Ob jemanju teh zdravil vam bodo obdobje spremljali vrednosti elektrolitov in kreatinina v krvi.

## SGLT-2 zaviralci

Jemljem:

Gre za novejša zdravila, ki se večinoma uporabljajo za zdravljenje sladkorne bolezni,



lahko pa jih uporabljamo tudi za zdravljenje bolnikov s kronično ledvično boleznijo brez sladkorne bolezni, da bi upočasnili napredovanje ledvične bolezni.

**Kako jemati?** Zdravilo je potrebno jemati enkrat dnevno, vsak dan ob istem času, neodvisno od hrane. Tablete je potrebno zaužiti cele, ne sme se jih deliti ali drobiti.

**Posebna opozorila pri jemanju.** Pomembno je vedeti, da ta zdravila povzročajo odvajanje vode, zato je v primeru driske ali bruhanja ali visoke temperature s prekomernim znojenjem pri slabšem ledvičnem delovanju treba začasno prekiniti zdravljenje in ga nadaljevati ob izboljšanju stanja. Ob izsušitvi imajo večje tveganje za pojav večjega znižanja krvnega tlaka ali pojav nenadne ledvične odpovedi starejši in ledvični bolniki, zato je previdnost še bolj na mestu. Najpogostejši neželeni učinki so okužbe genitalnih predelov ter okužbe sečil, zato je ob vsakem pojavu otekline, bolečine ali občutljivosti v genitalnem predelu ali znakov okužbe sečil potreben obisk zdravnika.

## Finerenon

Jemljem:

Finerenon je novejšo zdravilo, ki se uporablja za upočasnitev napredovanja kronične ledvične bolezni.

**Kako jemati?** Tablete finerenona se lahko jemlje neodvisno od hrane. Za bolnike, ki ne morejo pogoltniti celih tablet, se le-te lahko tik pred uporabo zdrobi in premeša z vodo ali mehko hrano, kot je jabolčna čežana.

**Posebna opozorila pri jemanju.** Ob jemanju tablet se ne sme uživati grenivk in grenivkinega soka, saj lahko pride do prekomernih učinkov zdravila. Pomembno je, da ob jemanju diuretikov, ki varčujejo s kalijem, v svoji prehrani omejite vnos kalija. Kalij najdemo predvsem v svežem sadju in zelenjavi ter določenih prehranskih dodatkih, ki so namenjeni športnikom. Poleg tega se svetuje, da v primeru izsušitve (zaradi driske, bruhanja, visoke telesne temperature) začasno prekinete z jemanjem teh zdravil in s tem preprečite pojav prekomernih koncentracij kalija. Ob jemanju teh zdravil vam bodo obdobje spremljali vrednosti elektrolitov in kreatinina v krvi.

# Fosfatni vezalci

## Sevelamer

Jemljem:

Sevelamer je najpogosteje predpisan fosfatni vezalec, ki ga najdemo v obliki tablet ali praškov za pripravo suspenzije.

**Kako jemati?** Zdravilo je potrebno vzeti s hrano ali po jedi. Tablet se ne sme drobiti ali deliti, ampak je potrebno zaužiti cele. V primeru, da imate težavo z zaužitjem tablet je smiselno, da zdravnika na to opozorite, saj vam bo lahko predpisal zdravilo v obliki praška za pripravo suspenzije. Vsako vrečko praška je potrebno raztopiti v 60 mL vode in jo zaužiti v roku 30 minut skupaj s hrano. Vodo lahko nadomestite tudi z drugo pijačo ali hrano, vendar se hrane ali pijače ne sme segrevati. V kolikor je predpisan večkrat dnevno, se ga jemlje z obroki, pri katerih je količina zaužite hrane večja. Če poleg prejemate še holekalciferol, ga zaužijte 1 uro pred ali 4 ure po sevelamerju.

## Kalcijev karbonat

Jemljem:

Kalcijev karbonat je bil včasih najpogosteje predpisan fosfatni vezalec.

**Kako jemati?** Kalcijev karbonat je potrebno jemati s hrano ali po jedi, saj na takšen način veže fosfate iz hrane in jih z blatom izloča iz telesa. V kolikor je predpisan večkrat dnevno, se ga jemlje z obroki, pri katerih se zaužije več hrane. Pomembno je, da kalcijev karbonat jemljete s hrano ali vsaj 2 uri pred ali po jemanju ostalih zdravil.

# Zdravljenje presnovne acidoze

## Natrijev hidrogenkarbonat

Jemljem:



Uporablja se za zdravljenje prevelike kislosti krvi ali z namenom preprečevanja zakisanosti (presnovne acidoze) urina.

**Kako jemati?** V kolikor jemljete zdravilo v obliki kapsul, jo pogoltnite z zadostno količino vode, neodvisno od hrane in pijače. Najverjetneje boste morali zdravilo vzeti večkrat dnevno. Ker zdravilo lahko vpliva na učinke ostalih zdravil, ga je potrebno vzeti 1 uro pred ali 2 uri po ostalih zdravilih.

## Zdravljenje slabokrvnosti

### Epoetini

Jemljem:

Epoetini se uporabljajo za zdravljenje anemije. To so zdravila v obliki injekcij, ki jih je potrebno dajati v podkožje. V primeru, da se zdravite s hemodializo, vam epoetin vbrizgajo v krvni obtok po hemodializi.

**Kako jemati?** Epoetini se ne dajejo vsakodnevno, ampak na en do več tednov, kot predpiše zdravnik. Odmerjanje je odvisno od vrste epoetina in potrebe po izboljšanju krvne slike. Epoetin si je potrebno v podkožje aplicirati na okončinah ali na sprednji strani trebuha. Aplicirate si ga z injekcijsko brizgo, ki je že napolnjena in pripravljena za uporabo. Pred aplikacijo morate zdravilo vzeti iz hladilnika, da se ogreje na sobno temperaturo. Umiti si morate roke in del kože, kamor boste zdravilo aplicirali, obrisati z razkužilnim robčkom. S palcem in kazalcem naredite kožno gubo, z drugo roko pa si zdravilo z injekcijsko brizgo aplicirajte v kožno gubo pod kotom 90 stopinj. Injicirati morate celotno količino, bat brizge pritiskajte počasi in enakomerno. Ko bat potisnete do konca, izvlecite iglo in spustite kožo. Uporabljeno brizgo zavržite v varen vsebnik. Podrobnejša navodila za injiciranje so na voljo v navodilih za uporabo.

### HIF inhibitorji

Jemljem:

HIF inhibitorji se pri bolnikih s KLB uporabljajo z namenom izboljšanja krvi oz. za

zdravljenje slabokrvnosti. Zdravila v obliki tablet v primeru, da ste na zdravljenju s hemodializo, prejmete na hemodializi, v nasprotnem primeru pa na recept.

**Kako jemati?** Tableto roksadustata je potrebno vzeti trikrat tedensko, vendar ne na zaporedne dneve. Zdravilo lahko vzamete neodvisno od hrane, pri čemer se tablet ne sme žvečiti, prelomiti ali zdrobiti. Ob jemanju roksadustata je potrebno zamakniti jemanje fosfatnih vezalcev, antacidov in drugih pripravkov, ki vsebujejo magnezijeve, kalcije ali železove ione za vsaj 1 uro, saj v nasprotnem primeru lahko pričakujemo manjši učinek zdravila.

## Zdravljenje z vitaminom D

Zaradi preprečevanja mineralno-kostne bolezni jemljejo bolniki s kronično ledvično boleznijo nadomestke aktivne in neaktivne oblike vitamina D.

### Neaktivna oblika vitamina D (holekalciferol)

Jemljem:

**Kako jemati?** Zdravilo je na tržišču dostopno v obliki kapljic, ki se jih uživa skozi usta (peroralno). Kapljice se lahko uživa vsak dan ali enkrat tedensko. Svetuje se, da jih naneseemo na žličko soka, mleka ali vode in zaužijemo.

### Aktivna oblika vitamina D (alfakalcidol, kalcitriol)

Jemljem:

**Kako jemati?** Kapsule je potrebno zaužiti cele, vsak dan ob približno enakem času, neodvisno od hrane.



## Zaviralci imunskega sistema (imunosupresivi)

Ta zdravila so običajno predpisana bolnikom, ki zbolijo za katero od avtoimunskih bolezni ledvic ali imajo presajeno ledvico, zato niso tako pogosto uporabljena, je pa njihova pravilna uporaba ključnega pomena za uspešno zdravljenje.

### Metilprednizolon

Jemljem:

**Kako jemati?** Odmerki in pogostost jemanja se glede na razlog za jemanje zdravila zelo razlikujejo. Ključno je, da upoštevate navodila, ki vam jih je dal zdravnik. Zdravilo lahko jemljete neodvisno od hrane, najboljšo v dopoldanskem času.

### Ciklosporin

Jemljem:

**Kako jemati?** Zdravilo je potrebno vzeti dvakrat na dan v enakem časovnem razmaku (npr. ob 8h zjutraj in 20h zvečer). Svetuje se, da zdravilo vedno vzamete na enak način (s hrano ali brez). Kapsul se ne sme odpirati, ampak je potrebno pogoltniti cele.

### Takrolimus

Jemljem:

**Kako jemati?** Odvisno od formulacije zdravila se jemlje enkrat ali dvakrat dnevno, vsak dan ob istem času. Svetuje se, da se zdravilo vzame na prazen želodec (1 uro pred ali 2 do 3 ure po jedi). Kapsule ali tablete je potrebno pogoltniti cele.

## Mikofenolat

Jemljem:

**Kako jemati?** Zdravilo se jemlje dvakrat na dan, v enakem časovnem razmaku (npr. ob 8h zjutraj in 20h zvečer), neodvisno od hrane, vendar vedno na enak način (s hrano ali brez). Zdravila se ne sme drobiti.

## Azatioprin

Jemljem:

**Kako jemati?** Če je možno, se zdravilo jemlje na tešče. V primeru, da se ob jemanju na tešče pojavljajo slabosti, lahko zdravilo jemljete po jedi. Pomembno je, da ga jemljete vsak dan na enak način. Zdravila ne smete jemati skupaj z mlekom ali mlečnimi izdelki, vzeti ga morate vsaj 1 uro pred ali 2 uri po zaužitju mleka ali mlečnih izdelkov.

## Katerim zdravilom se je treba pri kronični ledvični bolezni izogibati

Ker se večina zdravil izloča preko ledvic, je potrebno pri slabšanju ledvičnega delovanja prilagoditi odmerke številnih zdravil. V večini primerov to pomeni, da boste prejeli nižje odmerke zdravil, v primeru diuretikov zanke (furosemid, torasemid) pa boste najverjetneje potrebovali višje odmerke. Jemanje določenih zdravil je treba v primeru možne izsušitve (bruhanje, driska, zvišana telesna temperatura, močno znojenje...) začasno prekiniti. Take skupine zdravil so: ACE zaviralci, sartani, SGLT-2 zaviralci, diuretiki in metformin.

Ker zdravila lahko kupite tudi brez recepta morate ledvični bolniki vedeti, da se je potrebno **izogibati naslednjim skupinam:**

## Nesteroidni antirevmatiki (protibolečinska zdravila)

Jemljem:

Gre za protibolečinska in protivnetna zdravila, ki so v lekarnah dostopna tudi



brez recepta. Pri ledvičnih bolnikih lahko dodatno okvarijo delovanje ledvic in v kombinaciji z zdravili za zniževanje krvnega tlaka (ACE zaviralci, sartani in diuretiki) močno povečajo tveganje za pojav nenadne (akutne) ledvične odpovedi. Pri bolnikih, ki jemljejo zdravila za zniževanje krvnega tlaka, učinek teh zdravil izničijo, zato se krvni tlak lahko poviša in se pojavi otekanje.

## Antacidi (zdravila za zdravljenje težav z zgago)

Jemljem:

Antacidi so dostopni brez recepta v lekarnah in lahko pri slabšem ledvičnem delovanju povzročajo neravnovesje v koncentraciji elektrolitov (npr. kalij, natrij) v krvi. Poleg tega lahko zmanjšajo učinek ostalih zdravil, ki jih jemljete.

## Prehranska dopolnila

Jemljem:

Prehranska dopolnila niso zdravila, ampak po zakonodaji spadajo med živila. Mednje prištevamo pripravke iz vitaminov in mineralov, zeliščne pripravke, probiotike in mnoge druge pripravke. To, da njihovo tržišče ureja krovna živilska zakonodaja pomeni, da učinkovitost, kakovost in varnost niso bile preizkušene. Poleg tega lahko prehranska dopolnila vplivajo na večjo pojavnost neželenih učinkov zdravil, ki jih že prejimate. V kolikor bi katero izmed prehranskih dopolnil želeli jemati, se morate o morebitnih tveganjih pred začetkom jemanja posvetovati z zdravnikom ali farmacevtom.

### *Zapomnimo si*

Bolniki s kronično ledvično boleznijo prejema številna zdravila, vsakodnevno redno jemanje zdravil predstavlja velik izziv. Za ustrezno delovanje zdravil je pravilno jemanje zelo pomembno. Vse spremembe pri jemanju zdravil je smiselno opravljati v dogovoru z zdravnikom. Pri jemanju zdravil je dobrodošel urnik jemanja, ki je prilagojen bolnikovim potrebam in bo omogočal čim bolj normalno življenje. Pri urniku jemanja lahko bolniku pomaga farmacevt, ki pripravi osebno kartico zdravil z vsemi navodili o pravilnem jemanju predpisanih zdravil.



## Za dobro LEDVIC

Druga dopolnjena elektronska izdaja

**Izdajatelj:**

Slovensko nefrološko društvo – Slovensko zdravniško društvo  
Zveza društev ledvičnih bolnikov Slovenije

**Urednica:** Jelka Lindič

**Souredniki:** Damjan Kovač, Andrej Škoberne, Nebojša Vasič

**Oblikovanje:** Tanja's Design, tanjas-design.si

Knjižice izobraževalnega programa Za dobro ledvic so namenjene laični javnosti  
in uporabi v zdravstvenih ustanovah. Spremembe vsebine niso dovoljene.

Ljubljana, 2023

[www.zadobroledvic.si](http://www.zadobroledvic.si)

