

Dokumenttyp Riktlinje	Ansvarig verksamhet Läkemedelskommittén	Organisation Region Värmland	Version 3
Dokumentägare Jeanette Wern Apotekare	Fastställare Malgorzata Antoniewicz Ordförande läkemedelskommittén	Giltig fr.o.m. 2025-01-30	Giltig t.o.m. 2027-01-30

# Förskrivning av receptfria läkemedel och handelsvaror

**Gäller för:** Hälso- och sjukvård

## Bakgrund och syfte

Enligt Läkemedelsverket är läkemedel som säljs utan recept avsedda för egenvård vid lindriga sjukdomsbesvär, det vill säga enklare och kortvariga åkommor där patienten själv kan ställa diagnos och ta beslut om behandling. Det gäller även i de fall patienten fått råd av sjukvården för samma typ av tillstånd.

Syftet med nedanstående rekommendationer är att regionens resurser företrädesvis läggs på sjukdomstillstånd av svårare karaktär. Det är också fördelaktigt ur miljöaspekt att patienten köper mindre, receptfria förpackningar när det är möjligt, för att undvika onödig kassation av läkemedel.

Förskrivaren ska **inte** ta hänsyn till var patienten befinner sig i högkostnadstrappan. Riktlinjen gäller för samtliga patienter oberoende av ålder och även där särskild hantering av receptkostnader råder, såsom för barn, asylsökande och papperslösa.

## När ska recept skrivas?

Bedömningen ska avse medicinskt behov, tillståndets allvarlighetsgrad och längd samt behandlingens nytta. Grundprincipen är att inte förskriva recept när behandlingstiden är kortare än sammanlagt tre månader per år. I dessa fall hänvisar regionen till egenvård, vilket i många fall blir både enklare och billigare för patienten, som då inte behöver kontakta vården och betala avgift för receptförskrivning. Observera att flera av de läkemedel och produkter som både finns receptfritt och är möjliga att förskriva på recept är utom förmån och inkluderas därför inte i högkostnadsskyddet (exempelvis Duroferon och Xyloproct).

För ordination eller rekommendation av receptfria förpackningar bör den gröna blanketten [Meddelande till ditt apotek](#) användas så långt det är möjligt. Här kan bland annat mjukgörande och receptfria läkemedel kryssas för. Eventuell rekommendation om individanpassad dosering eller användaranvisning kan också noteras, vilket förenklar både hanteringen för personal på apoteket samt blir ett stöd för patienten när egenvården ska påbörjas i hemmet. Blanketten finns som tryckt utgåva och på webben samt i blankettbiblioteket i Cosmic.

Vid rådgivning per telefon bör patienten uppmanas att skriva ner rekommendationen själv, då muntlig information ofta går förlorad och kan försvåra hantering på apotek eller påverka kvaliteten på egenvården när den påbörjas i hemmet.

Rekommendationer för utvalda behandlingsområden följer nedan.

- **Allergi:** Vid kortvariga och säsongsbundna besvär, till exempel pollen- eller gräsallergi, rekommenderas receptfria alternativ (se nedan). Till de patienter som inte har tillräcklig effekt av receptfria läkemedel eller har besvär längre tid än tre månader kan recept skrivas.
- **Dyspeptiska besvär:** Vid önskemål om receptförnyelse av protonpumpshämmare är det viktigt att se över om godkänd indikation finns för behandling. När utsättningsförsök ska göras finns dokumentet **Information till dig som använder protonpumpshämmare där det kan vara aktuellt att avsluta behandlingen (INF-29717)** att skriva ut till patienten.
- **Förstoppning:** Kortvariga besvär som inte är läkemedelsorsakade hör till egenvård.

- **Mjukgörande beredningar vid torr hud:** Recept förskrivs med förmån om kronisk hudsjukdom föreligger, såsom psoriasis eller atopiskt eksem. Förskrivning kan också vara motiverat som kompletterande eller förebyggande behandling vid andra hudtillstånd. Torr hud av andra orsaker, till exempel till följd av vinterklimat eller ålder, betraktas inte som sjukdomstillstånd och behandlas därför genom egenvård. Se även [Läkemedelsbehandling av de mest sjuka och sköra äldre](#) vid ställningstagande till receptförskrivning till berörd patientgrupp.
- **Smärtlindring:** Vid besvär som kronisk lumbago, artros och liknande smärttillstånd av bestående karaktär rekommenderas receptförskrivning av paracetamol i första hand. Tillfälliga eller återkommande besvär med myalgi eller spänningshuvudvärk hör i de allra flesta fall till egenvård med receptfria alternativ.
- **Symtom som biverkan av läkemedelsbehandling:** Generellt gäller att symtom som är läkemedelsorsakade får behandlas med receptförskrivet läkemedel eller produkt. Exempel på sådana symtom är förstoppning av opioider och muntorrhet av antidepressiva läkemedel. Är besvären särskilt uttalade eller beräknas pågå en längre tid bör alltid ställning tas till om grundbehandlingen går att se över för att säkerställa lägsta, effektiva dosering och med så få och acceptabla biverkningar som möjligt.
- **Tårsubstitut:** Recept ska endast förskrivas vid bakomliggande ögonsjukdom, exempelvis Sjögrens syndrom. Torra ögon till följd av skärmarbete, torrt inomhusklimat eller ålder föranleder inte receptförskrivning.

## Material och information

Terapigrupp receptfri egenvård har tagit fram en lathund för allergiska besvär samt en sårvårdslista. Dessa dokument, blanketten *Meddelande till ditt apotek* samt övrig information finns på webben: [Terapigrupp receptfri egenvård - Region Värmland \(regionvarmland.se\)](#)

## Beställning av tryckta utgåvor

Förskrivare kan beställa tryckta utgåvor via beställningsformulär. Övriga hänvisas till utskrift via webben.

[Informationsmaterial - Region Värmland Intranät \(regionvarmland.se\)](#)

**Utarbetad av:** Jeanette Wern, ordförande terapigrupp receptfri egenvård