

PHARMACA 2/12 STUDENTICA

KIELIMUUREJA, JOHTAJUUTTA
JA HIIHTOLATUJA
APTEEKKARINA NORJASSA

AIVODOPING

TERVEYDENHUOLLON
INNOVAATIOT



SUOMEN FARMASIAN
OPISKELIJAJÄRJESTÖT RY:N JÄSENLEHTI

PHARMACA STUDENTICA

PÄÄTOIMITTAJA
EMMI KOKKI

ARTIKKELIT
EMMI KOKKI
JARNO KOTAJÄRVI
TIIA METIÄINEN
MARI TEINILÄ
JUSSI JUKKA
DAVID PREECE

JULKAISIJA
SUOMEN FARMASIAN
OPISKELIJAJÄRJESTÖT RY,
SFAO C/O YLIOPISTON FARMASIAKUNTA
PL 56 (ViiKINKAARI 5)
00014 HELSINGIN YLIOPISTO

TAITTO JA GRAFIIKKA
EMMI KOKKI
OKKO ALITALO

PAINOPAIKKA
KOPIJÄ, KUOPIO

Suomalaisten omat perusvoiteet

APTEEKISTA.



Kosteuttavat perusvoiteet



Erikois-perusvoiteet



Hoitavat perusvoiteet

Orionin  perusvoiteet

perusvoide.fi

Lisätietoja: puh. 010 426 2928 klo 8–16, itsehoitoapteekki.fi

ORION
PHARMA

Hyvinvointia rakentamassa

SISÄLLYS

PÄÄKIRJOITUS: VALMISTUMISEN MÖRÖT	5
PUHEENJOHTAJAN PALSTA	6
FARMASIAN PELLE PELOTTOMAT	8
MITEN EPSA HUOLEHTII KOULUTUKSESTASI?	11
JUSSI JUKAN HAASTATTELU: APTEEKKARINA NORJASSA	14
GALLUP: FARMASISTITOVERIMME JA AIVODOPING	20
LÄÄKEHOIDON PÄIVÄ	21
2012 SFAO-KONGRESSI	22
CLINICAL PHARMACY	24
SFAO:N PUOLI VUOTTA KUVINA	26



VALMISTUMISEN MÖRÖT

TEKSTI EMMI KOKKI

Ihminen viettää yhtä paljon aikaa työpaikallaan kuin sängyssään ja vapaa-ajallaan. Masentaako?

Osalle opiskelijoista on suuri kynnyksensä palauttaa tutkintohakemus ja valmistua. On pelottavaa ajatella, että sen jälkeen tulisi olla valmis työelämään, osata käytännössä luentosaleissa opetetut asiat ja mahdollisesti toimia vielä esimiehenäkin. Edellisessä lehdessä haastattelimme vasta valmistuneita farmasisteja, eikä kukaan heistä kertonut olleensa valmis työtehtäviinsä pelkän tutkintotodistuksen avulla. Työn oppiminen tapahtuu työpaikalla perehtymällä, koulutuksilla ja kyselemällä.

Koska työtuolilla istutaan kolmasosa päivästä, on työpaikalla viihtyminen oleellista. Vastikään opiskelunsa aloittaneille työelämä voi tuntua vielä kaukaiselta, mutta opiskeluaikana lukujärjestyksestä poikkeaminen ja yliopiston ulkopuoliset kongressit voivat auttaa löytämään omat mielenkiinnonkohteet, joita hyödyntää myöhemmin työelämässä.

Toivottavasti myös tämä lehti antaa neuvoja siihen, kuinka opiskelijat voivat vaikuttaa koulutukseensa ja tulevaan uraansa (s. 16). SFaO tarjoaa jäsenilleen monenlaisia tapahtumia (s. 30), sillä opiskeluaika ei ole ainoastaan työelämää varten. Vaikka tapahtumissa ei saisikaan eväitä työuralle, niissä voi löytää ihmisiä, joille soittaa tulevaisuudessa kun työtuoli on liian kova, kahvi kylmää eikä pomo anna vapaata risteilyä varten.

PUHEENJOHTAJAN PALSTA



ARVOISAT PHARMACA STUDENTICAN LUKIJAT,

kädessänne on Suomen Farmasian Opiskelijajärjestöt ry:n eli SFaO:n jäsenlehti. Kuten edellisessä numerossa kirjoitin, SFaO on paljolti verkostoitumista. Toisaalta SFaO on myös paljon muuta ja siitä te saatte lukea lisää tästäkin lehdestä. Haluan nostaa esille yhden tärkeän osa SFaO:n toiminnasta: edunvalvonnan, niin kansallisella kuin kansainväliselläkin tasolla. Tätä aihetta aion nyt hyvin pintapuolisesti raapaista.

Edunvalvonta mielletään usein ei-niin-seksikkääksi aiheeksi, vaikka sillä on tärkeä paikka yhteiskunnassa. Itse asiassa jokaisen meistä tulisi olla kiinnostunut omien etujemme ajamisesta. On tärkeää kyseenalaistaa ja ottaa selvää alaamme koskevista asioista, sillä kuka varmistaa, että farmasian alan etuja ajetaan, jos emme me itse?

Pelkästään Fimean sivulta löytyi tätä tekstiä kirjoittaessani seitsemän uutta syyskuun aikana julkaistua lausuntopyyntöä. Farmasian alalla siis todella tapahtuu ja asioita on koko ajan vireillä. Miksemme siis vaikuttaisi näihin vireillä oleviin asioihin? Usein tätä työtä tekevät viranomaishot ja yhdistykset. SFaO tekee parhaansa vaikuttaakseen opiskelijoiden kannalta oleellisten asioiden valmisteluun.

Esimerkkejä tästä työstä on edellisessä numerossa esitellyt lausunnot, kuten lausunto Opetus- ja kulttuuriministeriölle proviisorin tutkintoon kuuluvasta harjoittelusta. Valitettavasti yli 1400 jäsenenkään yhdistys, joka pyörii vapaaehtoisvoimin, ei pysty kaikkeen mihin haluaisi.

Haluan kannustaa kaikkia jäseniämme ja muita tämän lehden lukijoita aktivoitumaan edunvalvonnassa. Toivon, että jokainen tämän palstan loppuun asti lukenut ehdottaa seuraavan vuoden aikana SFaO:n hallitukselle aihetta tai keinoa edunvalvontaan. Ja verkostoitumisen ajatusta kunnioittaen idea on hyvä toimittaa kaikille tutuilleen, jotta koko farmasian ala pääsee lausumaan mielipiteensä. Koska SFaO:n hallituksen resurssit ovat rajalliset, toivon sydämestäni, että näiden ehdotusten lisäksi löytyisi ainakin muutama innostunut auttaja lausuntoja kokoamaan. Näin voimme kaikki yhdessä varmistaa, että farmasian alan, ja erityisesti sen opiskelijoiden, ääni saadaan kuuluviin jatkossakin.



PROVIISORIYHDISTYS

Proviisoriopiskelija,
*joko sinä olet palkannut
ammattilliset agenttisi?*

Proviisoriyhdistys huolehtii professiosi tulevaisuudesta Suomessa.

www.proviisoriyhdistys.net

Suomen Proviisoriyhdistys ry
Kaisaniemenkatu 1 Ba, 7. krs.
00100 Helsinki

p. (09) 177 771
toimisto@proviisoriyhdistys.net

TERVEYDENHUOLLON INNOVAATIOIOT

FARMASIAN PELLE PELOTTOMAT

Väestön ikääntyminen, kohoavat terveydenhuollon kustannukset ja krooniset sairaudet luovat tarpeen uusille innovaatioille terveydenhuollossa. Mitä innovaatioita lääke- ja terveydenhuoltoalalla työskentelevät odottavat ratkaisuksi näihin haasteisiin?

Kuopio Innovation on Kuopion kaupungin kehitysyhtiö, jonka päätehtävä on edistää kuopiolaisien tietointensiivisten yritysten kilpailukykyä. Yhtiön palveluina ovat muun muassa yrityshautomopalvelut. Ilpo Kuronen, ohjelmajohtaja Kuopio Innovationin Kansallisen Hyvinvoinnin klusteriohjelmasta, esitti keväällä luennessaan ”Innovations in health care”, että innovaatioille on nyt suuri tarve, sillä terveydenhuollon kustannukset nousevat nopeammin kuin talous kehittyä. Tekniikka ei kuitenkaan ratkaise ongelmaa, vaan uudet ajattelutavat. Kuronen korostai, että innovaatioiden tulee perustua asiakkaiden tarpeisiin. Tällä hetkellä innovaatioita synnyttävät globaalit asiat ovat, väestön ikääntyminen, ylipaino ja krooniset

sairaudet, varsinkin sydänsairaudet. Myös psyykkiset sairaudet toimivat innovaattorina, sillä ne aiheuttavat kustannuksia vähentämällä työvuosia. Kuronen luettelee mahdollisuuksia tulevaisuuden innovaatioiksi terveydenhuollon alalla. ”Terveydenhuollon tietotekniikka on alalla kaikkein nousevin innovaatiokohde ja siitä povataan suurta bisnestä. Myös ennaltaehkäisevät palvelut ja tuotteet ovat kasvussa, sekä tietysti ikääntyvän yhteiskunnan uudet palveluratkaisut.”

Myös Fimean tutkimusprofessori Pekka Kurki esitti keväällä toisessa seminaarissa toiveen siitä, että innovaatioiden määrä tulisi kasvaan. Hän uskoi bioteknologian nousevan merkittäväksi trendiksi

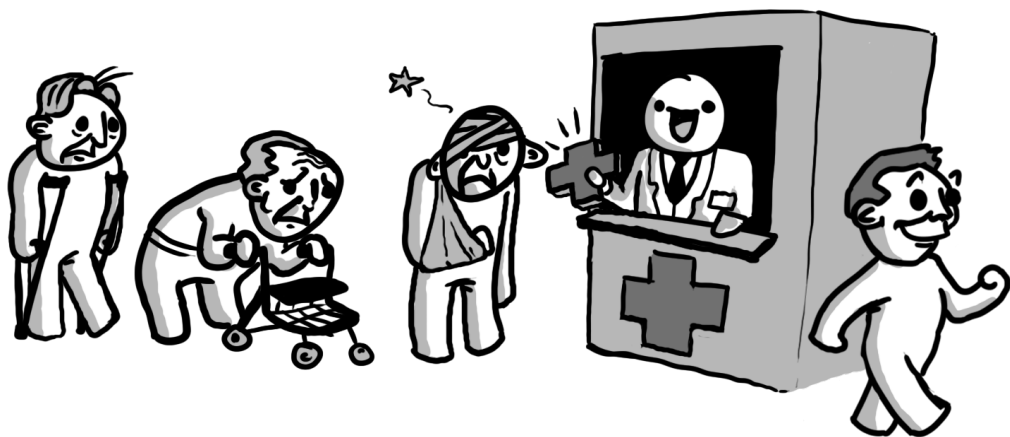
lääkealalla suurien lääkeyhtiöiden lähdettyä mukaan bioteknologia-alaan. Kurki ennusti varsinkin biosimilaarien (biologisen lääkkeen rinnakkaisvalmiste) ja vasta-ainefragmenttien ja –konjugaattien olevan suurimpia tulevaisuuden innovaatioita. Toiseksi nousevaksi innovaatioksi hän arvioi henkilökohtaisen lääketieteen, joka on jokaiselle potilaalle erikseen räätälöity hoito. Jouni Sirviö farmaseuttisen tutkimuksen konsultointifirmasta Saulonerista arvoi myös luennollaan uusien patenttien tulevan bioteknologia-alalta: muun muassa biomarkkereita ja vastaaineita. Suurimmaksi bisnekseksi tulevaisuudessa hän kuitenkin arveli lääkeaineiden yhdistämisen erilaisiin laitteisiin.

Kuopio Innovation on mukana myös Terve Kuopio –hankkeessa, joka on synnyttänyt kuopiolaiseen kauppakeskukseen terveyskioskin, matalan kynnyksen palvelupisteen. Kuopion palvelualuejohtaja Markku Tervahauta esitteli SFaO:n opiskelijaseminaarissa PharMedissä tammikuussa 2012 terveyskioskit uutena keinona hillitä terveydenhuollon kustannuksia. Terveyspisteiden tarkoituksena on lisätä kansalaisten omaa roolia terveydenhuollossa.

Kioskissa työskentelee terveydenhoitaja, sairaanhoitaja ja 2 fysioterapeuttia, jotka maksutta ja ilman ajanvarausta muun muassa ”opastavat itsehoidossa tai hakeutumisessa muiden palveluihin”. Lisäksi hyvinvointikioskissa voidaan mitata verenpainetta, hemoglobiinia ja verensokeria. Tervahauta esittikin yhtenä lääkkeenä tulevaisuudessa terveydenhuollon haasteisiin moniammatillisen yhteistyön lisäämisen. Hän kokee, että entistä useampien ammattikuntien, muun muassa ravitsemusterapeuttien, tulisi osallistua moniammatilliseen terveydenhuoltoon.



Onko Suomella mahdollisuutta vastata näihin tulevaisuuden innovaatioiden vaatimuksiin? Kurosen mielestä innovaatiotoiminta terveydenhuoltoalalla Suomessa ovat kohtalaista. ”Haasteet ovat selvästi pääoman saamisessa ja mahdollisuudet laaja-alaisessa tutkimuksessa ja tuotekehityksessä. Toisaalta meillä on joukko innovatiivisia terveydenhuoltoalan teknologiayrityksiä ja kasvava joukko palvelualan yrityksiä. Suurin osa innovaatioista tehdään yrityksissä, mutta monissa kehityshankkeissa on mukana myös yliopistoja ja ammattikorkeakouluja. Eurooppalaisittain olemme hyviä innovaattoreita, mutta huonoja kaupallistajia.”



KUVAT OKKO ALITALO

MITEN EPSA HUOLEHTII KOULUTUKSESTASI?

Toimin tällä hetkellä Euroopan farmasian opiskelijoiden järjestön (European Pharmaceutical Students' Association, EPSA) koulutusasiain varapuheenjohtajana. Pestiin kuuluu muun muassa tiimin koulutuksellisiin ja edunvalvonnallisiin asioihin erikoistuneiden jäsenten (Educational Board) ohjaaminen, järjestön koulutuksellisten ja edunvalvonnallisten suuntaviivojen ja strategian suunnittelu yhdessä Educational Boardin kanssa sekä tapahtumiemme - etenkin kongressien - koulutuksellisesta ohjelmasta vastaaminen. Edustamme Euroopan farmasian opiskelijoita erilaisissa ammatillisissa tilaisuuksissa ja koordinoimme opiskelijamielipiteen keräämistä ja välittämistä eteenpäin eurooppalaisissa foorumeissa silloin kun se on jäsentemme intressien ja edun mukaista. Lisäksi hallituksen jäsenenä tehtäviin kuuluu ottaa kantaa järjestömme asioihin sekä huolehtia tiimiläisten jaksamisesta ja yhteishengestä, etenkin kun työskentelemme kaikki eri maissa ja pääosin virtuaalisessa ympäristössä.

EPSA tarjoaa opiskelijoille paljon koulutuksellisella puolella. Isoimpiin tapahtumiimme (alkuvuodesta Euroopan parlamentissa järjestettävä Annual Reception, keväällä vuosikongressi, kesällä Summer University ja syksyllä syyskongressi) pyrimme kutsumaan parhaat asiantuntijat, jotka osaavat myös puhua opiskelijoita innostavalla tavalla - ei mitään kalvosulkeisia siis! Yritämme tehdä tapahtumista yhä enenevissä määrin interaktiivisia ja dynaamisia hyödyntämällä paneelityyppisiä ratkaisuja ja lyhyitä puheenvuoroja, joita sitten seuraa esimerkiksi workshop-työskentelyä: opiskelijat ja asiantuntijat keskustelevalle samalla tasolla yrittäen löytää yhdessä uusia ratkaisuja ja ideoita. Haluaisimme, että opiskelijatapahtumien ohjelma haastaisi osallistujat pohtimaan alaamme liittyviä debaatteja ja niiden taustalla olevia kiperiä kysymyksiä. Farmasian ala terveydenhuollon ja markkinoiden rajapintana tarvitsee kehittyäkseen sellaisia tulevaisuuden osaajia, jotka tunnistavat siihen liittyvät kysymykset sekä koko mahdollisten vastausten kirjon.

Asiantuntijapuheenvuorojen lisäksi EPSA-tapahtumissa on mahdollista kehittää niin kutsuttuja ”soft skills”, eli esimerkiksi opiskeluissa tai työelämässä tarvittavia taitoja, kuten vaikka omaa ajanhallintaa, kommunikaatiotaitoja tai stressinhallintaa. Opiskelijoita myös kannustetaan jakamaan tekemäänsä tutkimustyötä (esimerkiksi lopputyö tai gradu) ja kevätkongressissa perinteisesti järjestettävässä kilpailussa EUFEPS:in (European Federation of Pharmaceutical Sciences) arvovaltainen tuomaristo valitsee parhaan opiskelijan tekemän tutkimustyön.

Kansanterveyspuolella EPSA tukee kansainvälisiä terveystietämystä lisääviä teemapäiviä ja kannustaa jäseniään lähtemään paikallistasolla mukaan jakamalla muun muassa materiaaleja opiskelijakampanjoihin sekä tarjoamalla tarvittaessa apua käytännön järjestelyihin. Järjestö ottaa myös kantaa farmasistien velvollisuuksiin yhteiskuntaa kohtaan tarjoamalla tietoa ja koulutusta eri kanaviensa kautta. Tulevassa syyskongressissa puhutaan myös esimerkiksi siitä, minkälaista vapaaehtoistyötä farmasisti tai farmasian opiskelija voi lähteä tekemään niin, että hänen tiedoistaan ja taidoistaan olisi mahdollisimman paljon hyötyä.

Farmasian opiskelijoiden etua EPSA ajaa kokoamalla jäsentensä mielipiteitä alamme koskeviin kysymyksiin ja tuomalla niitä esiin eurooppalaisilla foorumeilla, oli kyse lausunnon lähettämisestä Euroopan komissiolle konsultoitavaksi koskien koulutuksemme tunnustamista muissa EU-maissa, tutkinon uudistamista tai opiskelijoiden työmahdollisuuksien parantamista. Lisäksi EPSA:n Individual Mobility Project (IMP) -ohjelman kautta farmasian opiskelijat voivat suorittaa 3-12 kuukautta kestävä harjoittelun alaan liittyvässä työssä toisessa Euroopan maassa. IMP:ssä on edustettuna kaikki farmasian alan sektorit. EPSA tekee myös yhteistyötä monien ammatillisten järjestöjen kanssa, joiden tapahtumiin farmasian opiskelijat pääsevät osallistumaan huomattavasti alennettuun hintaan. Monissa tapahtumissa on myös yhteistyössä laadittu opiskelijoille suunnattua ohjelmaa. Tarkoituksena on kannustaa opiskelijoita tutustumaan alamme uusimpaan tutkimukseen sekä ottamaan selvää niistä aloista jotka kiinnostavat.

EPSA yrittää jatkuvasti parantaa Euroopan farmasian opiskelijoiden oikeuksia ja mahdollisuuksia. Sen tarkoitus on myös toimia foorumina jäsenilleen; mahdollistaa ajatusten ja kokemusten vaihto eri puolilta mannerta olevien kesken. Vaikkakin kulinaristiset näkemykset saattaisivatkin erottaa ranskalaisen suomalaisesta, ovat farmasistiopiskelijaa askarruttavat kysymykset yllättävän samanlaisia Sveitsistä Sloveniaan. Yksin voi myös tuntua vaikealta saada äänensä kuuluviin, mutta kun ääniä on yli 120 000, luulisi jonkun kuuntelevan.

Kaikki paikallisjärjestöihinsä (YFK, Fortis, Ex Tempore) kuuluvat farmasian opiskelijat kuuluvat automaattisesti SFaO:on ja sitä kautta myös EPSA:an, eli ei kun toimintaan mukaan!

Lisätietoja: www.epsa-online.org ja vp.education@epsa-online.org

TEKSTI TIIA METIÄINEN



APTEEKKARINA NORJASSA

Jussi Jukka on 30-vuotias proviisori, joka päätyi sattuman kautta töihin Lillehammeriin. Tällä hetkellä Jukka toimii aptekkarina Norjan suurimman apteekkiketjun omistamassa Vitusapoteekissa.

VAIKKA NORJAAN!

Kipinä Norjassa työskentelystä syttyi kai jo vuonna 2003. Olin Fortiksen isäntä ja satuin vastaamaan Fortiksen toimiston puhelimeen väärrään aikaan. Langan toisessa päässä selitettiin kovasti norjaksi, että NorskMedisinal Depot (NMD) –apteekkiketjun edustajat halusivat tulla rekrytämään kuopiolaisia farmasisteja Norjaan. Pienestä kielimuurista huolimatta rekrytilaisuus saatiin onnistuneesti järjestettyä. Kipinä kyti aikansa ja 2008 valmistuminen alkoi vääjäämättä lähestyä railakkaan opiskelijaelämän tahallisesta pitkittämisestä huolimatta. Vaimoni on myös samalla alalla, joten työn perässä muutto Kuopiosta oli edessä joka tapauksessa. Miksei siis lähdettäisi vähän kauemmas? Vaikka Norjaan! Yhteydenotto norjalaiseen rekrytointikonsulttiin sai aikaan ketjureaktion, joka johti lukioruotsin kertaukseen, ilmaiseen tutustumiskäyntiin Lillehammerissa ja lopulta työsopimusten allekirjoittamiseen.

Aloitin Norjassa apteekissa Lillehammerissa syksyllä 2008 ja vuoden jälkeen asiakaspalvelutyössä olin oppinut paikallisen kielen ja maan tavoille. Tunsin kuitenkin, että minulla oli vielä paljon annettavaa. Sopiva sauma aukesi juuri samaan aikaan, kun Lillehammerin eteläpuolella kaupungissa nimeltä Moelv, haettiin uutta apteekkaria. Aloittaessani apteekkarina tammikuussa 2010 apteekki oli yksityinen, mutta se myytiin jo helmikuussa 2011 Norjan suurimmalle lääketukulle NMD:lle, joka omistaa Vitusapotek –apteekkiketjun. Apteekistamme tuli suomalaisittain huvittavalta kuulostava Vitusapotek Moelv.

APTEEKKARIN HOMMA ON... NO APTEEKKARIN HOMMAA.

Ennen apteekin myyntiä NMD:lle järjestin apteekkia myyntikuntoon usean kuukauden ajan ja myynnin jälkeen hommaa on riittänyt uuteen konseptiin, laatu järjestelmään ja organisaatioon siirtymisessä. Työnkuvaani kuuluu käytännössä samat työtehtävät ja vastuut kuin suomalaisella apteekkarilla: ammatillinen, taloudellinen ja henkilökuntavastuu. Tietenkin sillä erolla, etten omista apteekkia itse. 2009 pahimpaan sikainfluenssa aikaan Norjassa otettiin käyttöön farmaseuttisen henkilöstön rajattu reseptin kirjoitusoikeus Tamiflu-lääkkeelle. Minunkin kirjottaimilla resepteillä sai viruslääkkeitä lähemmäs tuhat Lillehammerilaista. Poikkeustilanteessa lääkäriasemien ja sairaaloiden ylikuormittumista saatiin helpotettua ja ensi kerralla osataan apteekin potentiaali ottaa käyttöön ripeästi tilanteen vaatiessa.

HYVÄ JOHTAJA OPPII OMISTA VIRHEISTÄÄN. LOISTAVA JOHTAJA OPPII TOISTEN TEKEMISTÄ VIRHEISTÄ.

NMD:llä on oma apteekkarien johtamisen koulutusohjelma, jossa keskitytään paljolti tuloksen tekemiseen ja henkilökuntavastuuseen. Koulutuksemme antaa erinomaiset valmiudet toimia ammatillisissa ongelmissa. Henkilökunnan johtamisen tueksi on useita hyviä kirjoja ja lukemattomia kursseja, mutta mielestäni myös tekemällä oppii. Suurimmat kuopat on tullut vältettyä, vaikka pieniä mokiakin on päässyt lipsahtamaan. Virheistään pitää vain oppia. Meillä on myös puolivuositaisia apteekkarien omia kokoontumisia kurssituksen ohessa. Kokoontumisissa syödään ja juodaan hyvin, keskustellaan hyvässä hengessä ja jaetaan kokemuksia sekä vinkkejä. Johtajana on hyvä muistaa pysyä nöyränä. Heikko johtaminen näkyy helposti heikkoina tuloksina hyvälläkin työporukalla, mutta hyvä johtaminen saa kehityskelpoisen työporukan kukoistamaan, viihtymään ja tuottamaan.

JOS LÄHELTÄ MENEE HIIHTOLATU, NIIN NORJALAINEN ON ENEMMÄN KUIN TYYTYVÄINEN.

Työskentely oli aluksi haastavaa kielestä johtuen. Iltaisin takki oli usein tyhjä kahdeksan tunnin kielikylvyttelyn jälkeen. Muutaman kuukauden päästä, norjankielen jo taipuessa, henkinen kuormitus helpottui huomattavasti ja keskittyminen itse asiaan onnistui jo ilman suuria ponnistuksia. Suurimmat ongelmat kielen kanssa ilmenivät vapaa-ajan harrastuksissa. Työpaikalla pärjää yllättävän pienellä sanavarastolla, mutta vapaalla keskusteluaiheet ulottuvat useimmiten oman tutun asiantuntemusalueen ulkopuolelle. Kulttuurillisesti Norja on hyvin lähellä Suomea muutamia tärkeitä poikkeuksia lukuunottamatta. Norjalainen mökki tarkoittaa erakkotupaa keskellä ei mitään, missä ei ole rannasta tietoaakaan. Saunaa saa hakemalla hakea ja olutkin on pääasiassa pilsneriä.

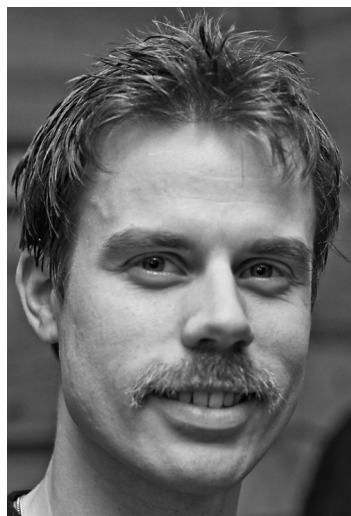
LÄÄKKEETTÖMIEN TUOTTEIDEN MYYNTI ON YKSI TÄRKEIMMISTÄ APTEEKIN ELINEHDOISTA.

Norjassa apteekin saa omistaa yritys tai yksityinen henkilö, mutta proviisorin täytyy toimia ammatillisena vastuuhenkilönä, apteekkarina. Myös lääkkeiden hinnoittelu on vapautettu. Vapaa hinnoittelu ja omistus mahdollistavat yhteistyö/omistus -ketjujen syntymisen, mikä hyödyttää kaikkia osapuolia. Esimerkiksi NMD on Norjan suurin lääketukku, joka omistaa Vitusapotek –apteekkiketjun. Lääkkeen valmistaja myy tukulle geneeriset lääkepakkaukset halvemmalla hinnalla, tukku tarjoaa saman edun apteekille ja apteekissa tarjotaan asiakkaalle huokeinta vaihtoehtoa. Tällöin asiakas säästää rahaa, koko lääkejakeluketju saa paremman katteen ja valmistaja kasvattaa oman lääkkeensä myynnin

volyyymia. Lääkkeiden hintojen lasku on Norjassa kuitenkin laskenut koko alan kannattavuutta. Apteekkien liikevaihdosta noin 80 % tulee reseptilääkkeistä, mutta katteesta jopa yli puolet saadaan käsikaupan tuotteista. Ikävä kyllä suurinosa tärkeimmistä käsikaupan lääkkeistä on vapautettu kauppoihin, mikä syö apteekkien liikevaihtoa ja asiakasmääriä huomattavasti. Lisämyyntiin panostetaan voimakkaasti ja lääkkeettömien tuotteiden myynnin kasvattaminen on yksi tärkeimmistä apteekin elinehdoista. Kun lisämyynti toteutetaan ammatillisista lähtökohdista, saa asiakas tarvitsemansa neuvot ja tuotteet sekä apteekki asiantuntemuksestaan korvauksen.

Verenpaineen mittausta ja vastaavia palveluita apteekeista löytyy vielä, mutta näyttää siltä, että tämä trendi on menossa ohi. Kun kyseisille palveluille ei saada yhteiskunnalta korvausta, ei niille riitä maksavia käyttäjiä. Ehkä seuraava iso askel on lääkehoidon kokonaisarviointi, jos norjalainen yhteiskunta päättää asiaa viedä eteenpäin myös taloudellisesti. Joka päivä tapaan useita asiakkaita, jotka varmasti hyötyisivät kyseisestä palvelusta yhteiskunnan säästöistä puhumattakaan.

**"TÄLLÄ HETKELLÄ MIELEN-
KIINTOISIMPIA TYÖPRO-
JEKTEJANI OVAT UUDEN
APTEEKKIOHJELMAN JA E-
RESEPTIN KÄYTTÖÖNOT-
TO. KAIKKI TÄMÄ OLISI
TARKOITUS SUORITTA
KUNNIALLA VIELÄ TÄMÄN
VUODEN PUOLELLA."**



FARMASISTITOVERIMME JA AIVODOPING

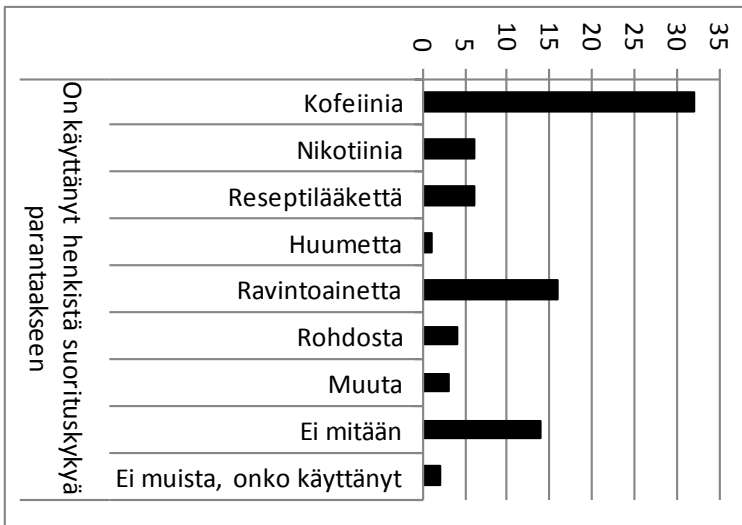
Aivodoping = henkisen suorituskvyn parantaminen esimerkiksi lääkkeillä tai ravintoaineilla

KETKÄ VASTASIVAT?

Vastaaajista sukupuoleltaan naisia oli 41, miehiä 9, sekä 1, joka ei halunnut kertoa sukupuoltaan. Farmaseuttikurssilla opiskeli 27, proviisorikurssilla 21, ja kurssistatustaan ei kertonut 3. Vastaaajista 11 oli aloittanut opintonsa vuonna 2011, 14 vuonna 2010, 8 vuonna 2009 ja loput sitä aikaisemmin.

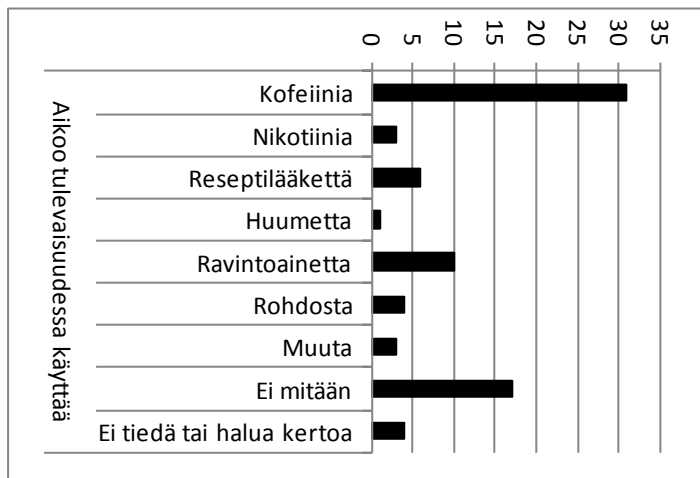
VASTAAJIEN OMA AIVODOUPPAUS

Kuvat 1 ja 2 kertovat, mitä keinoja vastaajat ovat käyttäneet henkisen suorituskvyn parantamiseen ja mitä aikovat vastaisuudessa käyttää.



Kofeiini oli suosituin keino: sitä oli käyttänyt aiemmin 32 vastaajaa ja tulevaisuudessa aikoi käyttää 31. Kofeiini oli myös se aine, jota useimmiten tiedettiin muiden ihmisten käyttäneen (Kuva 3).

Kuva 1. Aiempi käyttö.



SYYT KÄYTTÄÄ HENKISTÄ SUORITUSKYKYÄ PARANTAVIA AINEITA

Useimmiten mainittuja henkisen suorituskyvyn parantelua vaatineita tilanteita olivat tentteihin lukeminen ja niiden tekeminen, luennoilla

Kuva 2. Tuleva käyttö.

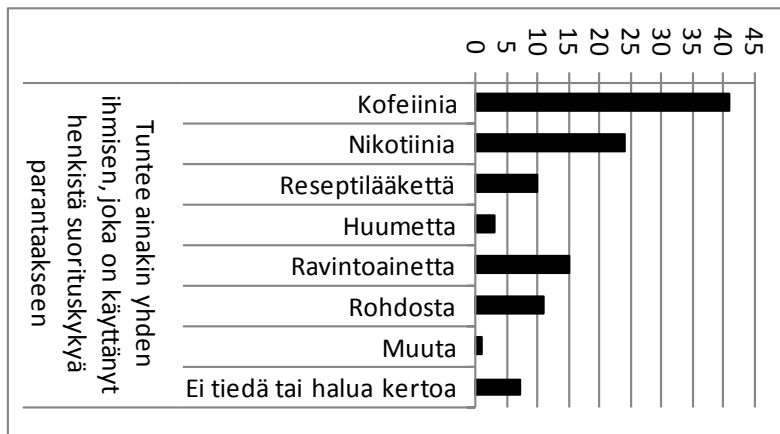
hereillä pysyminen sekä yöunien jääminen lyhyiksi. Eräs vastaaja kommentoi juoneensa aikaisemmin kahvia esimerkiksi ennen jotakin tenttiä, mutta nykyään preppaavansa suorituskykyään ainoastaan syömällä vatsansa niin täyteen, että suoritukseen on riittävästi energiaa.

MITÄ AINEITA ON KÄYTETTY HENKISEN SUORITUSKYVYN PARANTAMISEEN?

Reseptilääkkeistä vastaajat olivat käyttäneet pseudoefedriiniä, modafiiniä, metyyliifenidaattia ja propanololia. Ravintoaineista oli käytetty C- ja D-vitamiineja, sokeripitoisia aineita, 1,3-dimetyyliamyyliamiinia sekä omega-3:sta. Rohdoksista oli käytetty ginsengiä ja Ephedra sinicää. Myös suklaata ja kunnollista aamiaista oli käytetty henkisen suorituskyvyn parantamiseen.

VAIHTELEVIA MIELIPITEITÄ AIVODOPINGISTA

Vastaajien mielipiteet henkistä suorituskykyä parantavista aineista vaihtelivat akselilla "järjetöntä paskaa" - "hyvä juttu". Henkisen suorituskyvyn parantelun aineilla epäiltiin lisääntyvän tulevaisuudessa. Erään vastaajan mielestä aivodopingin mahdollinen yleistymisen olisi pelottavaa, koska ihmiset muutenkin käyvät äärirajoilla henkisen



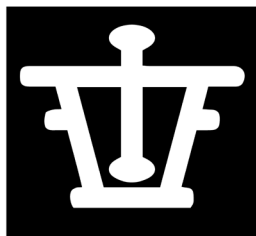
Kuva 3. Mitä muut ovat käyttäneet.

suositteli varmistamaan, että lääkkeet ovat asianmukaisia ja täyttävät Ph.Eur:in ja GMP:n vaatimukset.

Muina mielipiteinä tuli ilmi, että paras henkistä suorituskkyä parantava keino on uni ja toisaalta riittävää liikuntaakin pitäisi olla. Vastaajat kommentoivat myös, että henkistä suorituskkyä parantaviin aineisiin jää helposti koukkuun.

Kaiken kaikkiaan kyselystä jäi vaikutelma, että alamme opiskelijat ovat ainakin jossain muodossa törmänneet aivodopingiin, ja että monella on siitä omakohtaisia kokemuksia.

jaksamisen kanssa. Toinen vastaa- ja epäili ns. apteekkirohdosten tehoa. Vastaajat kokivat myös, että kukin saa tehdä laillisilla aineilla mitä haluaa. Yksi vastaaja



Farmasia

TUNNE LÄÄKKEESI!

LÄÄKEHOIDON PÄIVÄ

6.11. Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) järjestää ensimmäisen valtakunnallisen Lääkehoidon päivän yhdessä terveysalan toimijoiden kanssa ja SFaO on yksi päivää toteuttavista tahoista. Päivän aikana potilaille järjestetään muun muassa yleisöluentoja ja erilaisia tietopisteitä ympäri Suomea.

Teemapäivän kohteena ovat lääkkeiden käyttäjät, sillä huolimatta suunnitellusta lääkehoidosta, potilaan hoito ei aina toteudu suunnitellusti. Teemapäivän aiheena on ”Tunne lääkkeesi” ja sen tavoitteena edistää ja tukea keinoja, jotka lisäävät lääkehoidon onnistumista. Lääkehoidon päivän tarkoituksena on saada lääkkeiden käyttäjät ottamaan vastuuta omasta lääkehoidostaan ja aktivoida heitä kysymään lääkkeistään terveydenhuollon ammattilaisilta.

Teemapäivänä toteutetaan ohjelmaa myös terveydenhuoltoalan ammattilaisille tarkoituksena kannustaa heitä pohtimaan antamaansa lääkeneuvontaa sekä lisätä moniammatillista yhteistyötä. STM:n Lääkepolitiikka 2020 -julkaisun mukaisesti tavoitteena on tehokas, turvallinen, tarkoituksenmukainen ja taloudellinen lääkehoito, jonka saavuttamiseksi terveydenhuollon toimijoiden on yhteistyössä sovittava lääkehuollon yhteisistä päämääristä ja toimintatavoista.

KLIINISTÄ FARMASIAA, ASIAKASPALVELUA JA HELAN GÅR!

2012 SFAO-KONGRESSI

SFAO järjesti ensimmäisen kongressinsa elokuisena viikonloppuna Helsingissä. Kongressi jäi pieneksi osallistujamäärältään, mutta ei tunnelmaltaan. Kongressin teemana oli ”Työelämän taidot” ja tarkoituksena oli tarjota opiskelijoille ja vastavalmistuneille farmasisteille sellaisia eväitä työuralle, joita perusopetus ei anna. Kahden päivän aikana osallistujat pääsivät kuuntelemaan luentoja ja osallistumaan workshopeihin, joissa harjoiteltiin muun muassa potilaan haastattelua ja vuorovaikutustaitojen kehittämistä.

Kristiina Kosola koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenialta painotti luennossaan ”Elinkautisesta työstä elinikäiseen oppimiseen”, että oppiminen ei pääty tutkintotodistukseen. Olemme siirtyneet tietoyhteiskunnasta oppimisyhteiskuntaan, jossa pelkkä koulutus ei enää takaa työpaikkaa, vaan itsensä monipuolinen kehittäminen on tärkeää työuran kannalta. Inka Puumalainen Yliopiston Apteekilta puolestaan puhui asiakkaan kohtaamisesta: tuotteiden suosittelu on asiantuntijuutta ja lisämyyntiä pitäisi ajatella asiakkaan tarpeiden kartoituksena.

EPSA:n (European Pharmaceutical Students’ Association) koulutuksesta vastaavien David Preecen ja Tiia Metiäisen workshop ”Advanced networking” antoi neuvoja siihen, kuinka olla edukseen ja luoda hyödyllisiä kontakteja. Odotetuin sessio oli Preecen vetämä workshop kliinisestä farmasiasta. Kliininen farmasia on kasvavasta kiinnostuksestaan huolimatta vielä uutta Suomessa. Preece osoitti

interaktiivisilla harjoituksillaan, kuinka siinä on perimmältään kyse potilaan (huom. ei asiakkaan!) kuuntelemisesta ja tietojen keräämisestä sekä niiden käyttämisestä potilaan parhaaksi. Tavoitteena on paitsi tehokas ja turvallinen lääkehoito, mutta myös muiden hoitoon vaikuttavien seikkojen huomioiminen. Tarvitseeko potilas lisäravinteita? Onnistuuko lääkkeen annostelu kotona? Mitä pelkoja potilaalla on sairauteen ja hoitoon liittyen? Mikä motivoi häntä sitoutumaan hoitoonsa?

EPSA:n (European Pharmaceutical Students' Association) koulutuksesta vastaavien David Preecen ja Tiia Metiäisen workshop "Advanced networking" antoi neuvoja siihen, kuinka olla edukseen ja luoda hyödyllisiä kontakteja. Odotetuin sessio oli Preecen vetämä workshop kliinisestä farmasiasta. Kliininen farmasia on kasvavasta kiinnostuksesta huolimatta vielä uutta Suomessa. Preece osoitti interaktiivisilla harjoituksillaan, kuinka siinä on perimmältään kyse potilaan (huom. ei asiakkaan!) kuuntelemisesta ja tietojen keräämisestä sekä niiden käyttämisestä potilaan parhaaksi. Tavoitteena on paitsi tehokas ja turvallinen lääkehoito, mutta myös muiden hoitoon vaikuttavien seikkojen huomioiminen. Tarvitseeko potilas lisäravinteita? Onnistuuko lääkkeen annostelu kotona? Mitä pelkoja potilaalla on sairauteen ja hoitoon liittyen? Mikä motivoi häntä sitoutumaan hoitoonsa?



Seuraavalla sivulla David Preece kertoo itse, miten kliinistä farmasiata toteutetaan käytännössä Britaniassa.

WILL YOU PRACTICE CLINICAL PHARMACY FOR YOUR PATIENTS IN THE FUTURE?

Doctors prescribe the drugs, pharmacists produce and dispense, nurses administer them to the patients and that is it, right? WRONG!

Pharmacists work in hospitals in a number of roles. They are the experts regarding the medicines used to help patients overcome their illness/condition. We can work in aseptic services producing the medicines, work on the wards monitoring a patient's therapy, discussing their treatment with THEM and then making recommendations to improve their treatment to the nurses/doctors who are caring for them. That is how we are playing our part caring for them as a multi-disciplinary team.

Clinical pharmacy includes therapeutic drug monitoring, monitoring electrolyte disturbances, and reviewing a patient's treatment specifically looking at any problems/side effects the patient is having with their medicines. Clinical Pharmacists need to have sufficient knowledge regarding medical abbreviations and have an under-

standing of laboratory reference ranges. This allows us to become an integral part of the healthcare team because we can provide advice that no-one else can.

I am a clinical pharmacist from the UK and we try to practice clinical pharmacy in the best interest of our patients. We are tasked with looking after wards of patients with various different conditions. This means that most of the work is completed on the wards, with all the patient specific information and the healthcare professionals all in the one place. The pharmacist's presence on the wards is vital because it encourages discussion between the pharmacist and patient and also the pharmacist and other healthcare professionals. Being on the ward allows the pharmacist to ensure the patient has sufficient quantity of medicines, is able to take them and the

medicines are appropriate for their needs. We encourage patients to understand the reasons why they are taking those tablets/capsules and take control of their treatment, for example bringing their own medicines into the hospital to be reconciled by the pharmacist or qualified pharmacy technician.

Another vital aspect of a pharmacist's role is ensuring patient safety. Unfortunately sometimes doctors prescribe inappropriate dosage, both over and under dosing, or medicines that interact adversely or may lead to significant side effects. The re-constitution of intravenously administered medicines is a high risk procedure due to both the risk of infection but also the risk of inaccuracy. Pharmacists must ensure that the medicines prescribed and administered will not harm the patient by certifying that the treatment being given is safe and appropriate. Usually this involves monitoring the patients medication charts on a daily basis and if required supplying any newly prescribed medication. We act as the safety net regarding medication.

Why should we pharmacists be the ones doing these jobs? We

are highly qualified healthcare professionals that are sometimes underutilised. We are precise, methodical, and highly knowledgeable about the modes of actions, chemistry and use of medicines in therapy so we should be the people caring about the patient's treatment and helping our colleagues within the hospital. It can be demanding work because we also must supply the medication in a timely fashion but we must take up this challenge and opportunity for our profession and more importantly for the patient.

I hope you will practice clinical pharmacy in the future. Your patients will most certainly benefit!



SFAO:N PUOLI VUOTTA KUVINA



Suomen delegaatio ja muita kongressilaisia. Tämän kertaista kongressia vietettiin teemalla “The Future of Pharmacy; new therapies, medicines and solutions”.

**EPSA:N ANNUAL CONGRESS 23.-29.4.2012,
ISTUNBUL, TURKKI**

TUUTORIHÄSSÄKKÄ 5.5.2012, KUOPIO



Päivän aikana SFaO ja muut opiskelijajärjestöt vihkivät tuutoreita farmasian opiskelijajärjestöjen saloihin, suunnistettiin yliopiston käytävillä ja loikittiin hämähäkinseinä läpi.

IPSF WORLD CONGRESS 1.-11.8.2012, HURGHADA, EGYPTI

International Pharmaceutical Students' Federationin (IPSF:n) 58. kongressi tarjosi osallistujilleen ainakin hiekkadyynejä.



2012 SFAO-KONGRESSI 18.-19.8.2012, HELSINKI

2012 SFaO-Kongressi

Helsingissä 18.-19.8.2012

Teemana: Työelämän taidot



Hinta 30€

Sisältää molempien päivien koulutuksen, ruokailut ja lauantai-illan sitsit. Majoitus Omena-hotellissa +5€

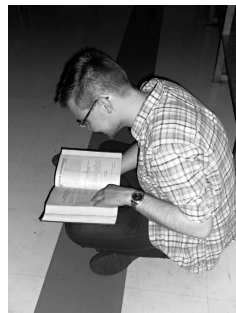


Ilmoittautumiset ja lisätieto:
www.sfao.net/kongressi

Koulutuksen lisäksi SFaO-kongressi sisälsi sitsit oikeustieteen opiskelijoiden kerhotilassa. Paikan henkeä kunnioittaen punishmentina muutama huono-onninen joutui etsimään kerhotilan kirjastosta alkuperäisen Lääkelain.



SFaO:n projektivastaava Ville Kulmala esittelee osallistujien odotuksia kongressiviikonlopulle.



TAPPISUUNNISTUS 29.8.2012, HELSINKI

SFaO:n tappirastit:

1. Miksi rasti pidetään kyseisellä paikalla (Fabianinkatu 35)?
2. Laita suuruusjärjestykseen pienimmästä suurimpaan IPSF, YFK, EPSA, SFaO.
3. Muevelo-biisin soidessa improvisoitu tanssiesitys.



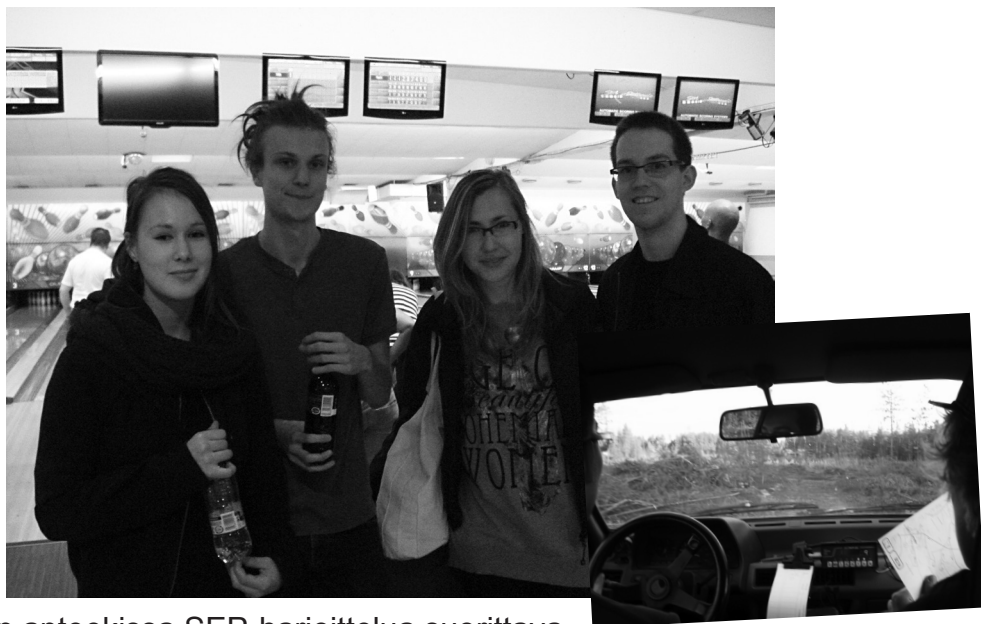
2. YFK, SFaO, EPSA, IPSF

1. Farmasian laitos sijaitsi osoitteessa ennen siirtymistään Viikkiin

FUXI-ILTA 3.9.2012, KUOPIO

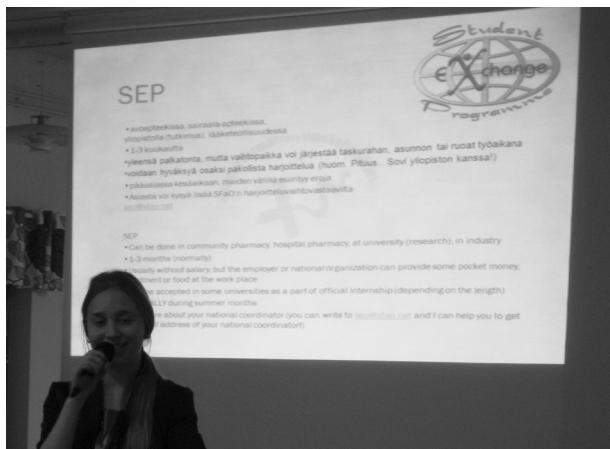
Myös Kuopiossa pääsi heilumaan Muevelon tahtiin Henry's pubissa farmasian ainejärjestöjen yhteisessä fuksi-illassa.

SEP-VAIHTO-ILTA 15.-16.9.2012, OULU



lin apteekissa SEP-harjoittelua suorittava puolalainen vaihto-opiskelija tutustumassa autosuunnistukseen ja keilaukseen kuopiolaisten kollegoidensa kanssa.

SFAO:N INTERNATIONAL NIGHT 9.10.2012, KUOPIO



SFAO:n ja KISA:n (Kuopio International Students' Association) omaan kansainväliseen iltaan saapui farmasian vaihto-opiskelijoita ja kansainvälistymisestä kiinnostuneita kuopiolaisia kuulemaan SFAO:n tarjoamista vaihtomahdollisuuksista, tutustumaan toisiinsa ja aloittamaan iltaa ennen KISA:n bileitä.

HEI SINÄ TULEVA FARMASIAN ALAN AMMATTILAINEN

– tule mukaan alamme suurimpaan kansalliseen koulutustapahtumaan!

MILLAISIA LÄÄKEHOIDOT OVAT TULEVAISUUDESSA?

Näitä asioita pohditaan erityisesti luennoilla 24.11.2012. Farmasian Päivien uudet Tiede ja tulevaisuus –sessiot on suunnattu erityisesti tulevaisuuden lääkehoitojen kehittämisestä kiinnostuneille ja vaativaa lääkeneuvontaa antaville farmasisteille – eli teille hyvät opiskelijat!

LUENNOILLA MIELENKIINTOISIA KYSYMYKSIÄ

- Oletko huomannut, että yksilöity lääkehoito on jo täällä? Miten se näkyy lääkeshoidoissa?
- Suomi on kehityksen kärkimaa syöväen hoitoon kehitteillä olevissa uusissa innovaatioissa - miten biomarkkereita hyödynnetään hoidossa?
- Biologisten lääkkeiden haastava lääkeneuvonta – tärkeitä huomioita farmasisteille
- Millaisia vaikutuksia on biosimilaarien markkinoille tulolla?
- Mitä kertoo biologisten lääkehoitojen rekisteri niiden turvallisuudesta ja kustannusvaikuttavuudesta?



PUHUJINA ALAN HUIPPUNIMET

Huippututkija Arto Urtti Helsingin yliopistosta kertoo lääkeformuloinnin mahdollisuuksista. Millaisia henkilökohtaisesti räätälöityjä lääkeformulaatioita apteekeista tullaan tulevaisuudessa toimittamaan? Jännittävä kurkistus tulevaisuuteen avataan Farmasian Päivillä!

POSTERINÄYTTELYSSÄ

Tiede ja tutkimus –sarja avaa eteesi alamme mielenkiintoisimmat tutkimushankkeet ja pääset keskustelemaan tulevaisuuden tietentekijöiden kanssa.

Tätä tilaisuutta ei kannata jättää väliin!

ILMOITTAUDU 2.11.MENNESSÄ

Kahden päivän lipun hinta opiskelijoille: **65 €** (+alv 23%) sisältäen kongressimateriaalin ja pääsyn kaikille luennoille. Lisäksi pääset osallistumaan Suomen suurimpaan lääkealan näyttelyyn.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen: www.fok.fi

Farmasian Päivät 23.-25.11.2012
Turvallista lääkeshoittoa-Trygg medicinerings

Helsingin Messukeskus | Messuaukio 1

*) Ei siis mikään pieni talo preerialla.

– OHO!

- I HAN TOSI ?!

– IIK, MÄ EN KESTÄ !!!

- MÄKIN HALUUN!

Farentalla haluamme tarjota sinulle pitkäaikaisen ja vakituksen työsuhteen.

AI NIIN, LIIKUNTA JA TYÖHYVINVOINTIA LÖYTYY!