Informatie bij de aankoop en het gebruik van zelfzorggeneesmiddelen

Een peiling binnen het Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg

Liset van Dijk, Anne Brabers, Marcia Vervloet

Een belangrijk onderdeel van zelfzorg is het gebruik van geneesmiddelen die zonder recept verkrijgbaar zijn bij de drogist, apotheek, of andere plaatsen zoals de supermarkt. Het zelfzorggeneesmiddel dat mensen het vaakst gebruiken is paracetamol. Voor bijna alle groepen zelfzorggeneesmiddelen geeft de meerderheid aan deze korter dan een week te gebruiken. De meeste mensen die zelfzorggeneesmiddelen halen, doen dit bij de drogist, namelijk ongeveer zes op de tien. Bij de laatste aankoop ontving ongeveer twee derde van de kopers geen informatie van de medewerker, en had hier ook geen behoefte aan. De meerderheid leest wel de bijsluiter om aan informatie te komen. Dit blijkt uit onderzoek onder leden van het Consumentenpanel Gezondheidszorg van het Nivel.

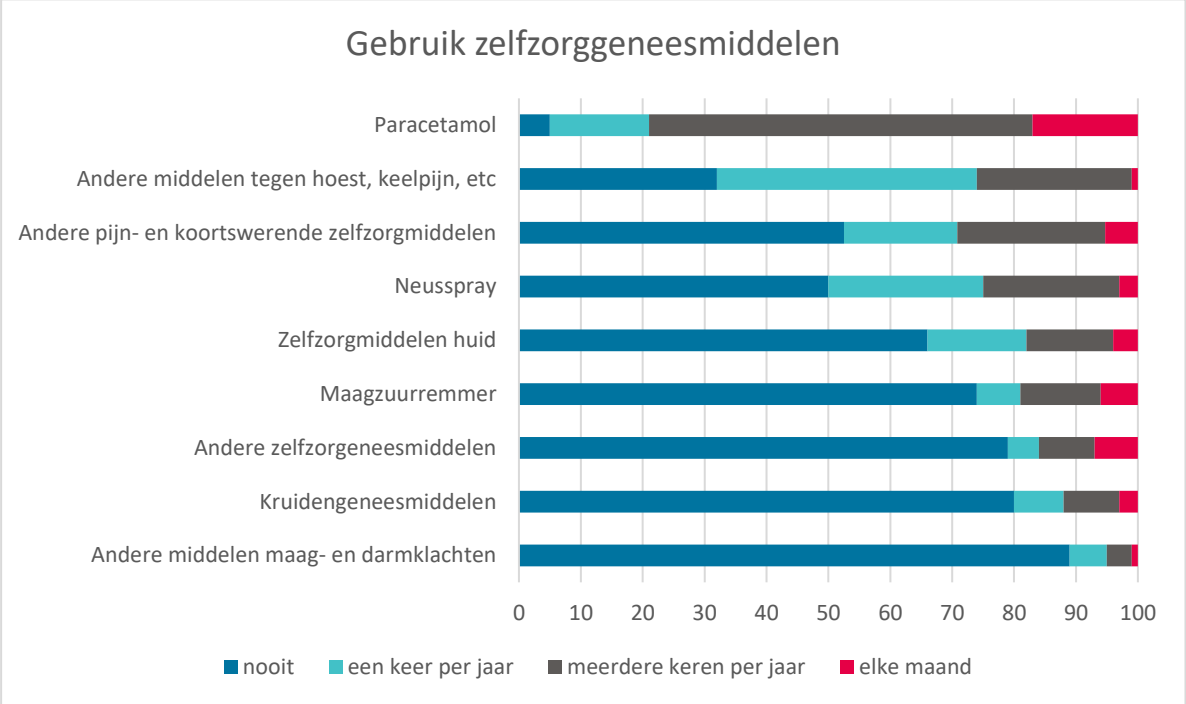
Waarom dit onderzoek?

Zelfzorg gaat om “alles wat consumenten zelf, op eigen initiatief en voor eigen verantwoordelijkheid, kunnen doen om herkenbare, tijdelijke gezondheidsklachten te verminderen of te genezen” (Romme 2011). In principe stelt de consument zelf de diagnose, bepaalt vervolgens zelf er al dan niet iets aan te doen en bepaalt dan ook wat eraan te doen. Een belangrijke vorm van zelfzorg bestaat uit geneesmiddelen die mensen zelf, zonder recept, kunnen kopen bij de drogist, apotheek of andere plaatsen zoals de supermarkt. Zelfzorggeneesmiddelen zijn in principe veilig bij juist gebruik maar bij onjuist gebruik kunnen ongewenste negatieve effecten optreden. Dit betekent dat goede informatie van groot belang is voor consumenten om de juiste beslissingen te kunnen nemen. In dit factsheet kijken we welke zelfzorggeneesmiddelen mensen gebruiken, hoe lang ze dat doen, waar ze deze kopen, of ze informatie krijgen over hoe de middelen te gebruiken en hoe betrouwbaar ze die informatie vinden. Daarnaast besteden we ook aandacht aan het gebruik van de bijsluiter. Dit doen we op basis van gegevens uit een peiling binnen het Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg. Dit factsheet gaat alleen over mensen die aangaven het afgelopen jaar zelfzorggeneesmiddelen te hebben gebruikt. Dit betrof 649 mensen die meededen aan de peiling.

Paracetamol veruit vaakst gebruikte zelfzorggeneesmiddel

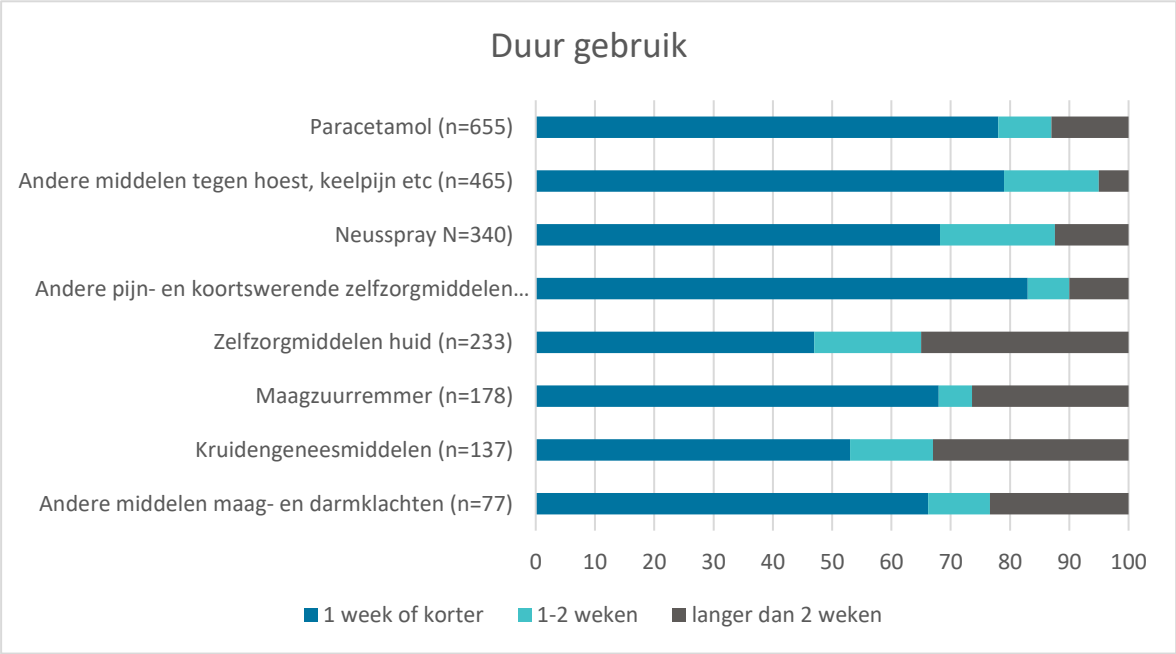
Paracetamol is met afstand het vaakst gebruikte zelfzorggeneesmiddel onder mensen die zelfzorggeneesmiddelen gebruiken (Figuur 1). Slechts een op de twintig mensen binnen deze groep zegt nooit paracetamol te gebruiken. Zes op de tien mensen die zelfzorggeneesmiddelen gebruiken, slikt meerdere keren per jaar paracetamol en 17% doet dat meerdere keren per maand. Dit is in lijn met wat andere onderzoeken vinden (Van Dijk 2022). Ook middelen tegen hoest worden relatief veel gebruikt, waarbij neusspray minder vaak gebruikt wordt dan andere middelen. Een derde van de mensen die zelfzorggeneesmiddelen gebruiken, gebruikt minimaal een keer per jaar een middel voor huidklachten, voor maagzuurremmers is dat een kwart. Andere middelen voor het maagdarmstelsel (zoals laxeermiddelen) worden minder vaak gebruikt.

Figuur 1 Frequentie van gebruik van zelfzorggeneesmiddelen (N=693)



De duur van het gebruik varieert tussen de typen zelfzorggeneesmiddelen, al geldt voor bijna alle typen dat de meerderheid van de gebruikers de middelen korter dan een week gebruikt. Uitzondering hierop zijn middelen voor de huid. Deze worden door iets meer dan helft van de mensen langer dan een week gebruikt en een derde gebruikt het langer dan twee weken (Figuur 2).

Figuur 2 Duur van gebruik van zelfzorggeneesmiddelen (N=693)



Op grond waarvan bepalen gebruikers van zelfzorggeneesmiddelen de duur van het gebruik?

Mensen kunnen zich hierover op verschillende bronnen verlaten en doen dat ook. De bijsluiter is belangrijk. Meer dan de helft van de mensen (58,6%) laat de informatie daaruit meewegen in het besluit hoe lang het zelfzorggeneesmiddel te gebruiken. Vier op de tien gebruikers (42,5%) geeft aan dat het eigen inzicht een rol speelt bij de duur van het gebruik. Een derde volgt het advies van de arts. De apotheker en drogist worden minder vaak gezien als adviseur over de gebruiksduur.

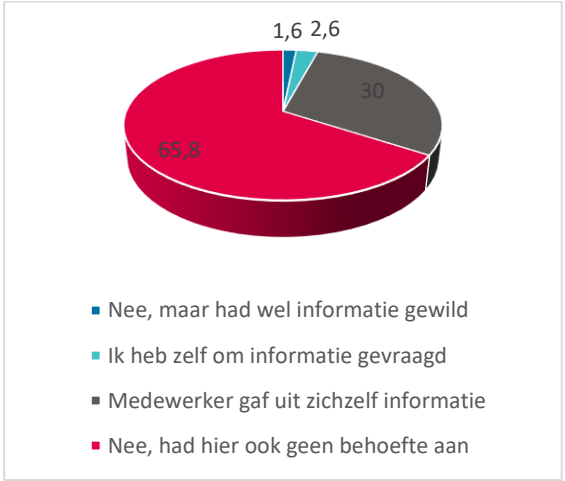
Tabel 1 Hoe bepaalt u hoe lang u voor een aaneengesloten periode een zelfzorgmiddel mag gebruiken (n=690)

	n (%)
Ik volg hierin het advies van de bijsluiter	404 (58,6)
Ik gebruik het zo lang ik vind dat het nodig is	293 (42,5)
Ik volg hierin het advies van mijn arts	208 (30,1)
Ik volg hierin het advies van de apotheek	128 (18,6)
Ik volg hierin het advies van de drogistmedewerker	60 (8,7)
Anders	33 (4,8)

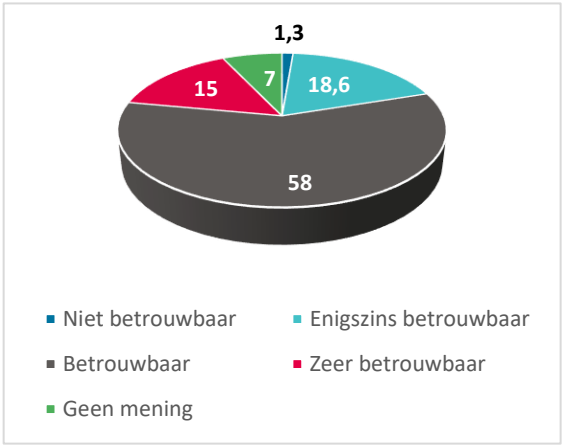
Meerderheid gebruikers zelfzorggeneesmiddelen heeft geen behoefte aan informatie

De drogist is de plek waar de meeste mensen die zelfzorggeneesmiddelen gebruiken hun zelfzorggeneesmiddelen aanschaffen: 58% geeft aan hier hun zelfzorgmiddel te halen. Bijna een kwart (24%) wisselt de plek waar zelfzorgmiddelen gekocht worden af, 9% haalt de middelen bij de apotheek en 6% bij de supermarkt. Op de vraag of men de laatste keer bij aankoop informatie van een medewerker heeft gekregen, antwoordt twee derde (66%) geen informatie te hebben gekregen, maar hier ook geen behoefte aan te hebben gehad (Figuur 3a). Slechts 1,6% van de mensen kreeg geen informatie maar had daar wel behoefte aan. Aan drie op de tien respondenten gaf de medewerker zelf informatie, terwijl een kleine 3% er zelf om moest vragen. Bijna driekwart van de mensen die informatie kregen, vond deze betrouwbaar tot zeer betrouwbaar (Figuur 3b). De belangrijkste redenen waarom mensen de informatie niet betrouwbaar vonden, waren dat zij het personeel niet deskundig vonden (42,2%; n=45) of omdat er geen verwijzing was naar aanvullende informatie (31,1%; n=45).

Figuur3a Informatie van medewerker bij laatst aangekochte zelfzorgmiddel (n=692)



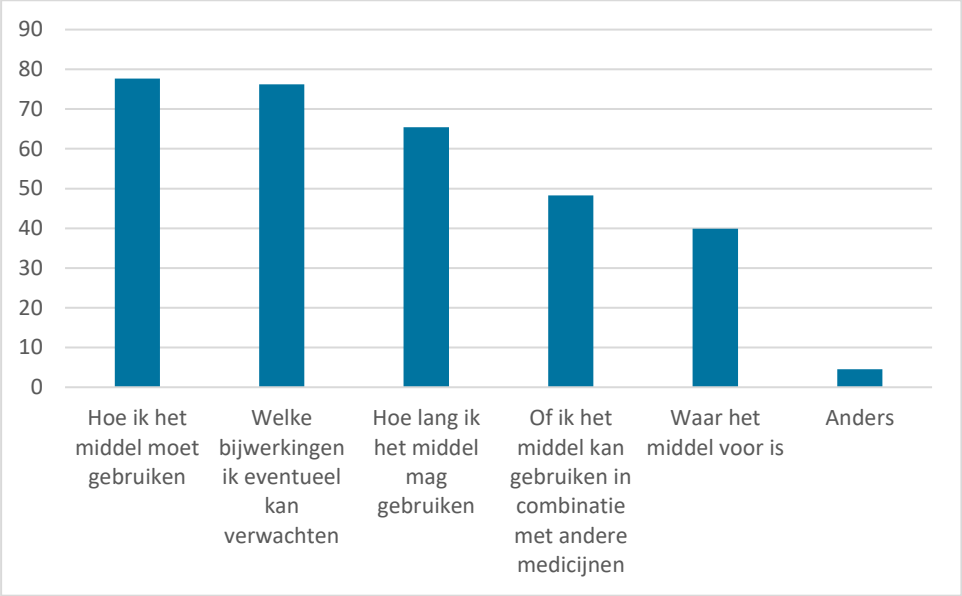
Figuur 3b Betrouwbaarheid van de informatie bij laatst aangekochte zelfzorgmiddel volgens mensen die informatie kregen (n=226)



Meerderheid van de gebruikers van zelfzorggeneesmiddelen leest de bijsluiter

Van alle mensen die zelfzorggeneesmiddelen gebruiken, leest 54,8% de bijsluiter wanneer zij een middel voor het eerst gebruiken. Ruim een op de tien mensen (12,3%) leest de bijsluiter voor elk gebruik en een kwart (25,9%) doet het af en toe. Slechts 7,1% leest de bijsluiter nooit. De informatie die mensen opzoeken in de bijsluiter betreft vooral hoe het middel te gebruiken en de te verwachten bijwerkingen. Meer dan driekwart van de mensen die de bijsluiter leest, kijkt naar deze onderwerpen (Figuur 4).

Figuur 4 Informatie die wordt opgezocht in de bijsluiter door mensen die de bijsluiter lezen (n=642)



Tot slot

De meerderheid van de Nederlanders gebruikt wel eens een zelfzorggeneesmiddel, waarbij paracetamol met afstand het vaakst wordt gebruikt. Dit is in lijn met eerder onderzoek (Van Dijk 2022). Zelfzorggeneesmiddelen zijn bij normaal gebruik veilig. Maar wanneer mensen ze bijvoorbeeld te vaak of te lang gebruiken, kan dit anders zijn. Uit de *Staat van de zelfzorg en de rol van de drogist (2022)* kwam naar voren dat de kennis die consumenten over zelfzorggeneesmiddelen in een aanzienlijk deel van de gevallen tekortschiet, terwijl mensen zelf denken over goede kennis te beschikken. De conclusie van dat rapport was daarom dat goede ondersteuning in de vorm van gedegen voorlichting over effecten en potentiële risico's van zelfzorg nodig lijkt (Van Dijk 2022). Uit deze peiling binnen het Consumentenpanel Gezondheidszorg blijkt dat een meerderheid van de mensen geen behoefte aan informatie heeft bij aankoop. Hierbij moet opgemerkt worden dat de mensen die deelnamen aan deze peiling relatief hoog opgeleid zijn, waardoor dit mogelijk een overschatting is. Wel geven veel mensen aan de bijsluiter te lezen. Het is echter de vraag of de mondelinge informatievoorziening niet versterkt moet worden. Mondelinge informatie kan beter op de individuele situatie van de patiënt toegesneden worden en biedt ruimte voor interactie. Er lijkt daarmee ruimte voor versterking van de rol van de drogist en apotheker in de advisering.

Het onderzoek

De gegevens uit dit factsheet komen uit een online vragenlijst uitgezet onder een voor leeftijd en geslacht representatieve steekproef van 2.000 leden van het Consumentenpanel Gezondheidszorg. Voor deze peiling werden 2000 mensen benaderd, waarvan 1.059 mensen de vragenlijst invulden (respons 53%). Dit factsheet gaat alleen over mensen die aangaven het afgelopen jaar zelfzorggeneesmiddelen te hebben gebruikt. Dit betrof twee derde van de mensen die meededen aan de peiling (n=694). Ten opzichte van alle respondenten, zijn gebruikers van zelfzorggeneesmiddelen vaker vrouw en gemiddeld acht jaar ouder. **In bijlage A** zijn extra tabellen opgenomen, inclusief een beschrijving van de studiepopulatie.

Het Consumentenpanel Gezondheidszorg

Het Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg verzamelt op landelijk niveau informatie over de meningen en kennis, verwachtingen en ervaringen van gebruikers van de gezondheidszorg. Deze informatie wordt verzameld in peilingen. Peilingen zijn vragenlijsten die schriftelijk en/of via internet worden afgenomen. Per jaar worden er momenteel zo'n acht peilingen gehouden, waarbij ieder panellid ongeveer drie vragenlijsten per jaar krijgt voorgelegd. Het panel bestaat momenteel uit ongeveer 11.500 personen van achttien jaar en ouder. Van deze panelleden is een groot aantal achtergrondkenmerken bekend, zoals leeftijd, geslacht en opleidingsniveau. Om met het panel een representatieve afspiegeling te kunnen vormen van de algemene bevolking in Nederland, worden regelmatig nieuwe leden geworven. Aanvulling is nodig om het natuurlijk verloop (zoals het overlijden van panelleden of het niet doorgeven van een adreswijziging na verhuizing) te compenseren. Mensen kunnen zichzelf niet aanmelden als panellid, maar kunnen alleen lid worden als zij hiervoor benaderd worden. Daarnaast worden panelleden die langer lid zijn van het panel uitgeschreven om leereffecten te voorkomen. Meer informatie over het panel is te vinden in: Brabers AEM en Jong JD de. Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg: basisrapport met informatie over het panel (2022). Utrecht: Nivel, 2022. Of kijk op www.nivel.nl/nl/consumentenpanel-gezondheidszorg.

Meer weten

Het Nivel levert de kennis om de gezondheidszorg in Nederland beter te maken. Dat doen we met hoogwaardig, betrouwbaar en onafhankelijk wetenschappelijk onderzoek naar thema's met een groot maatschappelijk belang. 'Kennis voor betere zorg' is onze missie. Alle onderzoeken publiceert het Nivel openbaar. U vindt deze publicatie en alle andere Nivel-publicaties op www.nivel.nl/publicaties.

Titelgegevens van deze publicatie

De gegevens uit deze publicatie mogen met de volgende bronvermelding worden gebruikt: Dijk, L. van, Brabers, A., Vervloet, M. Informatie bij de aankoop en het gebruik van zelfzorggeneesmiddelen. Een peiling binnen het Nivel Consumentenpanel Gezondheidszorg. Utrecht: Nivel, 2023.

Literatuur

Dijk, L. van, Vervloet, M., Schackmann, L. Staat van de zelfzorg bij de drogist: kennissynthese. Utrecht: Nivel, 2022.

Romme. M., Ten Have, A., Canoy, M. Zelfzorg. Via empowerment tot zelfredzaamheid. Ecorys, Rotterdam, 2011.

Bijlage A Tabellenboek

A.1 Onderzoekspopulatie

De vragenlijst is online uitgezet in juni 2022 onder een aselecte steekproef van 2.000 leden van het Consumentenpanel Gezondheidszorg. Met 1.059 ingevulde vragenlijsten lag de respons op 53%. In totaal 694 respondenten (65,5%) gaven aan dat zij in het afgelopen jaar zelfzorgmiddelen hebben gebruikt. De volgende tabellen zijn gebaseerd op de antwoorden van deze respondenten.

Tabel A1.1 Achtergrondkenmerken van respondenten die in het afgelopen jaar zelfzorgmiddelen hebben gebruikt (N=694)

	Respondenten n (%)
Man	288 (41,5)
Leeftijd, M ± SD	54,0 ± 14,9
Leeftijd in categorieën	
18 t/m 39	135 (19,5)
40 t/m 64	388 (55,9)
65 jaar en ouder	171 (24,6)
Opleiding (N=678)	
Laag/geen	33 (4,9)
Middelbaar	254 (37,5)
Hoog	391 (57,7)
Etnische achtergrond[1] (N=690)	
Nederlandse achtergrond	636 (92,2)
(Niet-)Westerse migratieachtergrond	54 (7,8)
Burgerlijke staat (N=687)	
Gehuwd (incl. geregistreerd partnerschap)	397 (57,8)
Voor de wet gescheiden	61 (8,8)
Weduwe/weduwnaar	21 (3,1)
Nooit gehuwd geweest	208 (30,3)
Maatschappelijke positie (N=688)	
Betaald werk	459 (66,7)
Werkloos/werkzoekend	29 (4,2)
(Vervroegd) pensioen	120 (17,4)
Arbeidsongeschikt/WIA	56 (8,1)
Huisvrouw/-man	41 (6,0)
Schoolgaand/studerend	31 (4,5)
Anders	31 (4,5)
Samenstelling huishouden (N=691)	
Geen andere personen buiten mijzelf	167 (24,2)
Partner/echtgeno(o)t(e)	463 (67,0)
Kinderen < 18 jaar die nog thuis wonen	214 (31,0)
Kinderen ≥ 18 jaar die nog thuis wonen	76 (11,0)
Ouder(s)	16 (2,3)

	Respondenten n (%)
Algemene gezondheid (N=684)	
Uitstekend	72 (10,5)
Zeer goed	157 (23,0)
Goed	348 (50,9)
Matig	95 (13,9)
Slecht	12 (1,8)
Psychische gezondheid (N=421)	
Uitstekend	109 (25,9)
Zeer goed	117 (27,8)
Goed	166 (39,4)
Matig	27 (6,4)
Slecht	2 (0,5)

[1] *naar definitie van het CBS*

*Tabel A1.2 Ziekten en aandoeningen van respondenten, zelfrapportage (N=682)**

	n (%)
Geen ziekte of aandoening	176 (25,8)
Een hart-/vaatziekte (bijv. hartkwaal, hartinfarct, hoge bloeddruk, beroerte)	117 (17,2)
Reuma, gewrichtsslijtage of -ontsteking (artrose, artritis)	113 (16,6)
Astma, COPD (chronische bronchitis, longemfyseem)	73 (10,7)
Diabetes	43 (6,3)
Kwaadaardige aandoening of kanker	20 (2,9)
Andere langdurige of chronische aandoening	187 (27,4)
Kortdurende klachten / aandoeningen (bijv. griep, hooikoorts, urineweginfecties)	271 (39,7)

** Meerdere antwoorden mogelijk per respondent*

*Tabel A1.3 Medicijnen op recept die mensen nu of in het afgelopen jaar gebruik(t)en, zelfrapportage (N=502)**

Medicijn op recept nu of < 12 mnd geleden gebruikt	n (%)
Bloeddrukverlager	142 (28,3)
Medicijn tegen maag- en darmklachten	121 (24,1)
Cholesterolverlager	105 (20,9)
Pijnstiller op recept	97 (19,3)
Bloedverdunner	89 (17,7)
Medicijn voor de huid (bij acné, eczeem, psoriasis)	60 (12,0)
Medicijn tegen astma / COPD	58 (11,6)
Antibioticum/penicilline	54 (10,8)
Medicijn tegen reuma, gewrichtspijnen, enz.	47 (9,4)
Plaspil	44 (8,8)
Medicijn tegen suikerziekte/diabetes	42 (8,4)
Ander medicijn op recept	241 (48,0)

** Meerdere antwoorden mogelijk per respondent*