

# BEWAREN VAN MEDICIJNEN

- HOE BEWAREN • HOE LANG BEWAREN
- OVERZICHT BEWAARTERMIJNEN VAN  
VERSCHILLENDE MEDICIJNEN NA AANBREKEN
- MEDICIJNAFVAL INLEVEREN



# BEWAREN VAN MEDICIJNEN

Als u uw medicijnen goed bewaart, bederven ze minder snel en gaan ze langer mee. Deze folder vult de informatie aan die u op het etiket, in de bijsluiter of in de medicijninformatie kunt vinden. Heeft u nog specifieke vragen over het bewaren van medicijnen, vraag dan uw apotheker om advies.

## HOE BEWAREN

### HOE BEWAREN IN HUIS

Bewaar medicijnen in huis zo veel mogelijk op één plaats. Dit heeft als voordeel dat u een goed overzicht heeft van wat er in huis is, dat u niets onnodig hoeft aan te schaffen en dat er geen oude medicijnen blijven liggen.

### KAMERTEMPERATUUR

De meeste medicijnen kunt u bewaren bij kamertemperatuur (niet warmer dan 25 °C). Bij voorkeur in een droge ruimte, bijvoorbeeld in een medicijnkastje in de slaapkamer. U kunt ervan uitgaan dat u een medicijn bij kamertemperatuur mag bewaren als er geen bewaaradvies op het etiket staat. Bewaar medicijnen niet in de badkamer. De badkamer is namelijk meestal vochtig.

### IN DE KOELKAST

Sommige medicijnen moeten in de koelkast worden bewaard. Een goede plek voor zulke medicijnen is bijvoorbeeld de onderste plank boven de groentelade of de plank onder het vriesvak. De medicijnen mogen niet bevriezen. Bewaar medicijnen daarom nooit in het vriesvak. Zorg ook dat de medicijnen niet tegen het vriesvak of de achterwand van de koelkast worden bewaard, anders kunnen ze ook bevriezen.

Verwarm oogdruppels of oordruppels die u in de koelkast bewaart, ongeveer 5 minuten in uw hand voor u ze gebruikt. Het indruppelen is dan een stuk minder vervelend. Een klysma dat u in de koelkast bewaart, kunt u het beste voor gebruik tot lichaamstemperatuur opwarmen in een lauwwarm waterbadje.

## **KINDEREN IN HUIS**

Zorg ervoor dat kinderen niet bij medicijnen kunnen komen, bijvoorbeeld door ze in een hoog kastje te doen of in een doos die kinderen niet gemakkelijk kunnen openmaken. Wanneer een kind van medicijnen 'snoept', bijvoorbeeld van harttabletjes of pijnstillers uit oma's tas, kan het ernstig ziek worden. Waarschuw in zo'n geval direct uw huisarts en vertel hem wat het kind heeft ingeslikt. De naam van het medicijn kunt u altijd vinden op het etiket. Is uw huisarts of een andere huisarts onbereikbaar, bel dan naar de dichtstbijzijnde Eerste-hulpafdeling van een ziekenhuis of naar de apotheek.

## **HOE BEWAREN ONDERWEG EN OP VAKANTIE**

### **ONDERWEG**

Wanneer u medicijnen ophaalt bij de apotheek, kan het onderweg tussen de apotheek en (de kast in) uw huis warm zijn. Zorg ervoor dat de medicijnen zo kort mogelijk in de warmte zijn. Dus als u meerdere inkopen moet doen, ga dan als laatste naar de apotheek en daarna direct naar huis.

Soms zult u medicijnen overdag moeten meenemen. Draag ze dan niet direct op het lichaam, bijvoorbeeld in een broekzak, dat is te warm. Stop uw medicijnen in een handtas of in de zak van een colbert. Laat medicijnen ook niet in een warme auto liggen.

## **OP VAKANTIE**

Gaat u op vakantie naar een warm land en moet u uw medicijnen meenemen, bedenk dan eerst of u uw medicijn daar op dezelfde manier kunt bewaren als thuis. Is dat het geval, dan kunt u ze zonder probleem meenemen. Let erop dat u medicijnen die in de koelkast moeten worden bewaard, op reis ook koel bewaart. Kunt u uw medicijnen op vakantie niet op dezelfde manier als thuis bewaren, vraag dan uw apotheker om advies. U kunt in de apotheek ook de folder 'Medicijnen op reis' halen, of op [Apotheek.nl](https://www.apotheek.nl) de tekst 'Medicijnen op reis' bekijken.

## **HOE LANG BEWAREN**

### **BEPERKTE HOUDBAARHEID**

Hoe lang u een medicijn kunt bewaren, hangt af van de samenstelling van het medicijn en van hoe u het gebruikt en bewaart.

Sommige medicijnen zijn kort houdbaar doordat de werkzame stof verloren gaat. U kunt hier niets aan doen. Medicijnen waar water in zit, zoals oogdruppels en dranken, bederven het snelst. Dit komt doordat bacteriën en schimmels in een vochtige omgeving goed kunnen groeien. Deze bacteriën en schimmels kunnen van uw handen of uw lichaam en ook wel vanuit de lucht in het medicijn terechtkomen. Daarom zijn vooral oog-, neus- en oordruppels, dranken en vloeistoffen voor gebruik op de huid beperkt houdbaar.

Aan medicijnen met water worden meestal stoffen toegevoegd die de groei van bacteriën en schimmels moeten remmen. We noemen deze stoffen conserveermiddelen.

Maar conserveermiddelen kunnen het bederven van aangebroken verpakkingen niet helemaal tegengaan.

Let er daarom op dat u:

- zorgvuldig omgaat met het medicijn en na gebruik de verpakking goed sluit;
- maatbekertjes, pipetjes en spatels na gebruik met water en een tissue schoon en droog maakt;
- het medicijn bewaart volgens de aanwijzingen in de bijsluiter of volgens de informatie op het etiket.

### **Bewaartermijn na aanbreken**

In het volgende overzicht kunt u voor een aantal medicijnen vinden hoe lang u ze maximaal kunt bewaren wanneer u de verpakking heeft aangebroken. Advies over de bewaartermijn van medicijnen die hier niet worden genoemd, kunt u krijgen bij uw apotheek.

De bewaartermijn die hier wordt genoemd of die op het etiket staat, geldt alleen als u het medicijn bewaart volgens de aanwijzingen in de bijsluiter of volgens de informatie op het etiket.

De bewaartermijnen in de onderstaande lijst zijn algemene richtlijnen. De bewaartermijn na aanbreken die op het etiket of op de verpakking staat, wijkt soms af van de bewaartermijn die in deze folder wordt genoemd. U moet altijd de bewaartermijn die op het etiket of op de verpakking staat aanhouden. U kunt eventueel op de verpakking noteren wanneer u deze heeft geopend.

## OVERZICHT BEWAARTERMIJNEN VAN VERSCHILLENDE MEDICIJNEN NA AANBREKEN

MEDICIJN	BEWAARTERMIJN NA AANBREKEN
Capsule	1 jaar
Crème in tube *	1 jaar
Crème in pot *	3 maanden
Drank *	6 maanden
Druppels *	6 maanden
Huidgel in tube (met water)	3 maanden
Mondspoeling *	6 maanden
Neusdruppels *	3 maanden
Neusspray *	3 maanden
Oogdruppels *	1 maand
Oogwassing *	1 maand
Oogzalf (met water)	1 maand
Oordruppels voor gebruik in de gehoorgang	6 maanden
Pasta in pot (zonder water)	6 maanden
Poeders	1 jaar
Strooiipoeder	1 jaar
Tablet	2 jaar
Vloeistof voor gebruik op de huid *	6 maanden
Zalf in tube *	1 jaar
Zalf in pot *	6 maanden
Zetpil in strip	1 jaar

\* met conserveermiddel

### ONAANGEBROKEN VERPAKKINGEN

De houdbaarheid van een medicijn in een onaangebroken verpakking moet door de fabrikant worden vermeld. Meestal gebeurt dit door een datumcode, bijvoorbeeld op een strip

of in de vouw van een tube. Deze uiterste gebruiksdatum kan op een aantal manieren op de verpakking worden vermeld. Er kan staan:

- “uiterste gebruiksdatum ...”
- “houdbaar tot ...”
- “niet te gebruiken na ...”
- “exp. dat. ...”
- “EXP..”

De uiterste gebruiksdatum is de dag waarop u het medicijn voor het laatst kunt gebruiken. Dit betekent dus niet dat u het tot die datum moet gebruiken.

## **MEDICIJNAFVAL INLEVEREN**

Heeft u medicijnen over? Spoel ze niet door de gootsteen of de wc. Ze kunnen dan terechtkomen in het grond- of oppervlaktewater en dat is slecht voor het milieu. De prullenbak is ook niet geschikt. Zeker niet wanneer er kleine kinderen in de buurt zijn.

Breng medicijnafval terug naar uw apotheek of naar een plek voor klein chemisch afval. Bijvoorbeeld het milieuplein in uw gemeente. Doe gebruikte spuiten en naalden altijd in een naaldencontainer.

## **BELANGRIJK**

- Gebruik een medicijn niet meer als de uiterste gebruiksdatum is verstreken.
- Haal op tijd een nieuw recept bij uw arts als u het medicijn moet blijven gebruiken.
- Bewaar medicijnen in de verpakking die u meekrijgt in de apotheek.
- Bewaar medicijnen altijd buiten het bereik van kinderen.
- Laat de aan u voorgeschreven medicijnen nooit door een ander gebruiken.
- Gebruik een medicijn niet meer als het tijdens het gebruik van uiterlijk verandert: bijvoorbeeld als het verkleurt, troebel wordt of 'vlokkig'. Vraag in zo'n geval advies aan uw apotheek.
- Ruim regelmatig uw huis- en reisapotheek op.
- Stop medicijnen niet zomaar in de vuilnisbak. Spoel ze ook niet door de wc. U kunt oude medicijnen altijd terugbrengen naar uw apotheek of inleveren bij het Klein Chemisch Afval van de gemeente.
- Lege glazen verpakkingen kunt u in de glasbak doen.
- Doe gebruikte spuit en naalden altijd in een naaldencontainer en lever die in bij uw apotheek of bij het Klein Chemisch Afval van de gemeente.
- Vraag bij twijfel over de kwaliteit of de houdbaarheid van een medicijn om advies in uw apotheek.

**Vraag over uw medicijnen? Apotheek.nl**

Herzien februari 2019.

