

„Utilizarea corectă a m e d i c a m e n t e l o r ” vizează principiile prescripției, eliberării, administrării și monitorizării tratamentului medicamentos cu scopul de a optimiza eficacitatea acestuia și de a limita riscul reacțiilor adverse sau de a diagnostica cât mai rapid apariția posibilă ale acestora. Nerespectarea acestor principii are ca rezultat utilizarea abuzivă a medicamentelor, corespunzătoare utilizării intenționate și necorespunzătoare a unui medicament sau a unui produs, nerespectând autorizația de introducere pe piață sau înregistrarea, precum și recomandările de bună practică.

Peste 10.000 de oameni mor în fiecare an din cauza abuzului de medicamente. În special, în discuție: automedicația. Deseori practică pentru tratamentul afecțiunilor ușoare, nu este lipsită de riscuri. Se pare că dificultatea de a citi instrucțiunile de medicație constituie pericolul numărul unu al automedicației. 62% dintre români consideră că informațiile din instrucțiuni sunt greu de citit. De asemenea, nu sunt conștienți de efectele adverse sau nu înțeleg i n f o r m a ț i i l e furnizate în pliante. Alte pericole legate de automedicație: o autodiagnosticare incorectă, o alegere proastă a medicamentelor, supradozaj, interacțiuni cu alte medicamente sau chiar alimente, tratamentul simptomelor, dar nu al cauzelor, neverificarea datei de expirare, efecte adverse. Navigați pe internet pentru informații, în special informații medicale sau legate de sănătate? Ați fost vreodată tentat să vă autodiagnosticați sau chiar să vă automedicați după ce ați citit ceva pe internet?

Această practică poate fi foarte periculoasă. Autodiagnosticarea bazată pe informații de pe Web și automedicația cu medicamente achiziționate de pe magazine online pot avea consecințe dezastruoase. Astăzi mai mult ca oricând, practica automedicației este subiect de mare atenție, atât din partea profesiilor din sănătate, cât și a științelor sociale. Nu pentru că practica este nouă, ci pentru că este nou încurajată de absolut toate mijloacele media, chiar și cele nemedicale.



*Independența
prin Cultură*

Conștienți de faptul că o parte din ce în ce mai mare a populației aspiră să preia controlul asupra sănătății și să își asume rolul de pacient autonom, dar mai ales preocupați de reducerea costurilor de sănătate suportate de asigurările sociale, autoritățile publice au adoptat diverse măsuri care încurajează utilizarea automedicației. Nu putem vorbi despre automedicație fără a clarifica mai întâi ce înțelegem prin acest termen.

În sensul literal, automedicația este actul de a consuma medicamente hotărâte de sine. Lecomte consideră că în sensul cel mai larg, „automedicația constă în a face - atunci când se confruntă cu percepția unei tulburări de sănătate - un autodiagnostic și a se trata fără sfatul medicului”, într-un sens mai restrâns, este „achiziția unui produs fără prescripție medicală, pe care îl numim automedicație”.

Din nefericire, suntem o populație extrem de interesată de autodiagnosticarea și automedicația online, neținând cont de un lucru extrem de important: medicina nu este o componentă wireless! În mod special ne autotratăm cu medicație de tip antibiotic, fie febrili sau nu, fie pentru o mică răceală sau o ușoară inflamație la nivelul căilor respiratorii superioare, cu tuse sau nu.

Mai mult decât atât, după o automedicație de tip antibiotic cu durată de 5 zile, pentru a fi siguri că „ne trece”, mărim autoterapia la 7 zile. Nu suntem conștienți pe termen lung că supradozarea cu antibiotic dezechilibrează mecanismele de apărare naturală ale organismului și, de asemenea, transformă microbiomul normal într-unul patologic: de exemplu infecția cu bacteria *Clostridium difficile*, datorată supradozării cu antibiotic, – printre altele – care poate fi letală.

Administrarea nejustificată și necontrolată de antibiotice duce de asemenea la fenomenul de rezistență, iar atunci când o situație reală va impune un tratament cu antibiotic vom avea surpriza să constatăm că organismul nu mai reacționează favorabil la administrarea aceluși antibiotic. Asta se poate întâmpla la administrarea oricărui preparat a cărui utilizare nu este precedată de un consult medical și de eliberarea unei rețete. Utilizarea automedicației presupune adoptarea unor comportamente satelite ale acestei practici, precum autoexaminarea clinică și autodiagnosticarea.

Cunoașterea unui medicament ales pentru automedicație, în prezența unui simptom dat, se transmite, în general, prin experiența anterioară. Se bazează și pe sfaturile celor din jur, până în punctul în care experiența celor apropiați devine convingătoare și pentru noi. Nu este neobișnuit ca un subiect să declare că nu cunoaște un medicament pe care s-a hotărât să îl ia, dar a „auzit despre el” de la cineva apropiat (un coleg, un vecin), care îl știe... Doamna L., care suferă de insomnie, ia un hipnotic recomandat de mama ei.

Acest proces ridică în mod evident problema modurilor prin care utilizatorul dobândește informații despre preparatele medicamentoase consumate, întrucât automedicația necesită și autoinformare. Deși nu sunt întotdeauna conștienți de riscurile specifice ale medicamentelor, mulți subiecți cunosc riscurile generale, teoretice sau potențiale și adoptă diverse strategii, menite să le reducă. Automedicația este aproape întotdeauna însoțită de o posibilă conștientizare a riscului.

Pentru anumiți utilizatori, riscul constă în natura medicamentului, în moleculele incluse în compoziția acestuia și în pericolul pe care l-ar reprezenta ingestia necontrolată a acestei molecule, cu alte cuvinte în aspectul ei calitativ. Teama de medicamente și de efectele lor nu este singurul motiv din spatele dorinței de a limita utilizarea automedicației, sau chiar refuzul acesteia. Vine și din teama de a nu ști să judeci utilitatea de a lua un anumit produs, legată de frica de a nu ști să pună diagnosticul corect.

Apelarea la „sfaturile” farmacistului recomandate de campaniile de sănătate nu este suficientă pentru a risipi această teamă, întrucât nu este întotdeauna considerată capabilă să identifice natura problemei. Noțiunea de „diagnostic întârziat”, invocată de profesioniștii din domeniul sănătății care sunt detractori ai automedicației, este adesea folosită și de utilizatorii înșiși care, dimpotrivă, devin apărătorii ei, atunci când ei consideră că această întârziere trebuie pusă pe seama unui medic care nu a reușit să „vadă” sau să „abordeze” problema.

Prin urmare, în defectele medicinei generale se înrădăcinează parțial recursul la automedicație, care apare ca o alternativă la recurgerea la un profesionist competent, chiar dacă neîncrederea alimentată față de un organism profesional datorită unei experiențe trăite ca negative poate funcționa, în favoarea sau împotriva medicului, întrucât încurajează recurgerea la cel care va fi considerat mai competent (medicul mai degrabă decât farmacistul; medicul specialist mai degrabă decât medicul generalist). În concluzie, este important să se limiteze utilizarea auto-medicației.

Automedicația, boală grea!

Dacă este necesar, adresați-vă medicului dumneavoastră sau cereți sfatul farmacistului. Puteți recurge la automedicație dacă simptomele sunt ușoare. După administrarea medicamentului, asigurați-vă că simptomele dispar înainte de durata maximă a tratamentului. Dacă nu este cazul, întrerupeți tratamentul și consultați medicul. Un consult este, de asemenea, necesar dacă simptomele se agravează sau evoluează.

Dr. Bogdan Marius Istrate



INDEPENDENȚA
ROMÂNĂ *Independența
prin Cultură*