

la prima cura è l'informazione

# farmaci & benessere

la carta del farmaco



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE

**A** Azienda  
**S** Servizi  
**S** Sanitari

**N°1** triestina

*La carta del farmaco è promossa dalla Società Italiana di Scienze Farmaceutiche assieme alla Federazione degli Ordini professionali dei Farmacisti Italiani, ad autorevoli esponenti della scienza medica, del mondo universitario, del giornalismo e dell'industria farmaceutica con il patrocinio dell'Istituto Superiore di Sanità, dell'Agenzia italiana del Farmaco e della Federazioni degli Ordini professionali dei Medici.*

*[www.cartadelfarm](http://www.cartadelfarm)*

*A cura di*

*Alba Pettinelli e Stefano Palcic*

*Dirigenti farmacisti,*

*Struttura Complessa Assistenza Farmaceutica*

*Direzione Sanitaria, ASS n.1 Triestina*

*realizzato da*

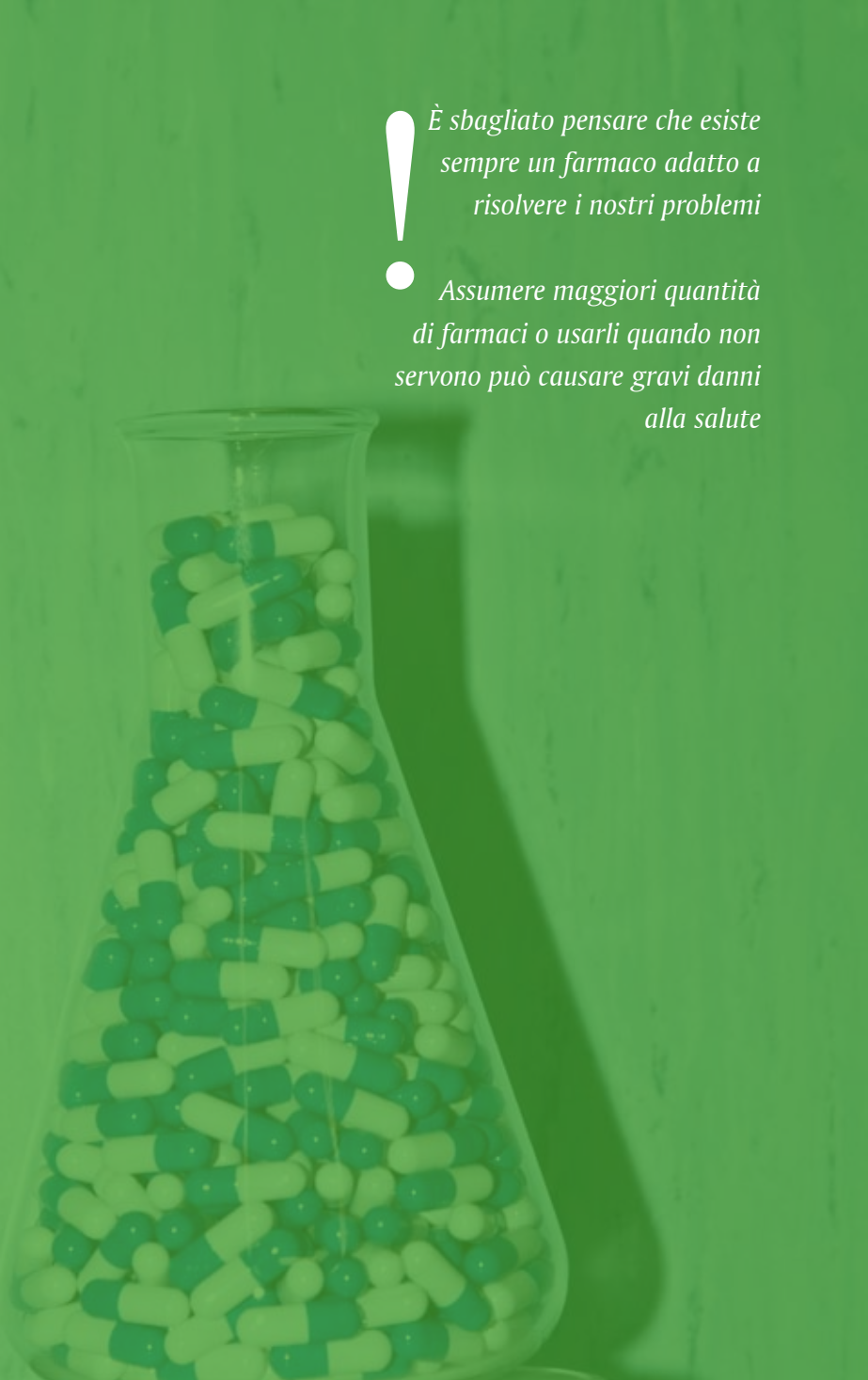
*Roberto Michelazzi*

*Ufficio Comunicazione Sociale*

*s.s. Programmazione Strategica*

*Direzione Strategica, ASS n.1 Triestina*

*Il farmaco  
non è un bene  
di consumo,  
ma se usato  
correttamente  
e quando necessario  
può rappresentare  
una risorsa  
per la salute*



*È sbagliato pensare che esiste  
sempre un farmaco adatto a  
risolvere i nostri problemi*

*● Assumere maggiori quantità  
di farmaci o usarli quando non  
servono può causare gravi danni  
alla salute*



Il Rapporto Nazionale sull'uso dei farmaci in Italia nel 2012 registra un aumento del ricorso a terapie farmacologiche pari al 29% negli ultimi 9 anni (da 764 dosi di farmaco al giorno ogni mille abitanti nel 2004 a 985 nel 2012). Il bisogno degli italiani di ricorrere al farmaco, dunque, è in crescita, ma cresce parallelamente la consapevolezza di una corretta assunzione?

L'utilizzo scorretto di farmaci o errori nella terapia commessi dai pazienti si sta diffondendo: il farmaco si colloca al primo posto fra le cause di intossicazione acuta. C'è quindi ancora molto da fare per favorire un utilizzo appropriato dei medicinali. Il progressivo processo di *banalizzazione*, che rischia di trasformare il farmaco in un semplice prodotto di consumo, può portare a fenomeni di tossicità da farmaci, special-

mente in alcune condizioni e situazioni (anziani, soggetti con trattamenti cronici o in politerapia).

Sono infatti sempre di più le persone che tendono a non considerare o a sottovalutare le ineliminabili criticità del farmaco e i rischi connessi al suo impiego, rischi che affondano nei suoi stessi presupposti costitutivi: non va mai dimenticato, infatti, che si parla di una sostanza che, quando viene introdotta in un organismo vivente, determina una o più variazioni funzionali.

Il farmaco non è un bene di consumo, ma se usato correttamente e solo quando veramente necessario può rappresentare una importante risorsa per la salute. Proprio per concorrere a ristabilire nell'opinione pubblica una più corretta considerazione del bene farmaco, finalizzata a un suo uso più responsabile, consapevole e appropriato, l'Azienda per i Servizi Sanitari n.1 "Triestina" intende riproporre *la Carta del Farmaco* che contiene dieci semplici regole che ogni cittadino dovrebbe conoscere, ricordare e rispettare.



# Le dieci regole da ricordare

1

Il farmaco è un bene esistenziale, concepito e prodotto per tutelare la vita e la salute delle persone e per consentire loro di vivere più a lungo e con la migliore qualità di vita possibile.

2

Il farmaco deve possedere, per essere utile, tre necessari requisiti: sicurezza (tutti i farmaci possiedono una potenziale tossicità e va dunque salvaguardato il rapporto più favorevole tra i benefici attesi e il rischio di effetti avversi), efficacia (deve cioè poter modificare il decorso di una malattia o curarne i sintomi o prevenirli), qualità (le specialità medicinali posseggono contenuti e caratteristiche certifi-

cati e garantiti in ogni fase di vita del prodotto, dalla produzione alla distribuzione), a cui deve necessariamente accompagnarsi la condizione dell'impiego corretto e appropriato: il farmaco si usa infatti solo in caso di necessità, alle giuste dosi e per il periodo necessario.

3

Il farmaco possiede inevitabili e forti profili di criticità: tutti i farmaci, compresi quelli da automedicazione acquistabili senza ricetta, esercitano un'attività terapeutica, hanno controindicazioni e possono causare effetti collaterali anche gravi. Se assunti insieme ad altri farmaci o ad altre sostanze, come ad esempio l'alcool, moltissimi farmaci possono inoltre dare luogo a interazioni pericolose, procurando gravi danni alla salute.

4

Il farmaco è un prodotto ad altissima specificità composto da due parti inscindibili: quella sostanziale, rappresentata dal principio attivo in esso



contenuto; quella formale, altrettanto necessaria, costituita dal complesso di informazioni, indicazioni, avvertenze e consigli per l'impiego forniti dalle aziende che lo producono, dalle autorità sanitarie che lo autorizzano, dai medici che lo prescrivono e dai farmacisti che lo dispensano.

5

Il farmaco è un prodotto destinato a una terapia o a finalità preventive e come tale non si consuma ma si impiega. Proprio per questo, l'erogazione dei farmaci è sottoposta a regole rigide, nel superiore interesse della tutela della salute.

6

Il farmaco è un bene di salute e non una merce qualsiasi, e come tale non può essere oggetto di sollecitazioni a un maggiore consumo, né trasparenti né occulte: assumere maggiori quantità di farmaci o usarli quando non servono può causare gravi danni alla salute.

7

Il farmaco se usato impropriamente, in assenza di vere malattie o, come spesso accade, per soddisfare spinte psicologiche che andrebbero affrontate in modo diverso, può essere causa di malattie

8

la farmacia è un presidio di salute, sottoposto al controllo delle autorità sanitarie e affidato alla responsabilità di un professionista, il farmacista.

9

Il farmaco insieme a un connaturato e non quantificabile valore etico, sanitario e sociale, ha un costo economico, sostenuto dal SSN o direttamente dal cittadino. Usare male i farmaci o sprecarli, dunque, al di là delle possibili conseguenze sulla salute, significa sottrarre risorse che potrebbero essere impiegate per una sanità migliore. Per contro, il farmaco usato con la necessaria appropriatezza è an-

che un investimento che produce enormi risparmi, eliminando o mantenendo sotto controllo patologie che, altrimenti, potrebbero richiedere ricoveri ospedalieri o altri e più costosi trattamenti e interventi terapeutici.

10

Il farmaco non ha mai lo scopo di sostituirsi a corrette abitudini di vita: non ha senso ricorrere a un farmaco se poi si adottano comportamenti sbagliati, regimi alimentari scorretti o si trascura l'attività fisica. È sbagliato pensare che esiste sempre un farmaco adatto a risolvere i nostri problemi; bisogna invece sforzarsi di capire qual è il modo per conservarsi in buona salute e quali possono essere le cause dei nostri malesseri, con l'aiuto di professionisti quali il medico, il farmacista ed altri operatori sanitari.

## Altri importanti accorgimenti

Bisogna stare attenti soprattutto quando si segue già una terapia con altri farmaci, come spesso accade agli anziani e ai malati cronici: le conseguenze di un'eventuale interazione possono talvolta essere gravi.

A quasi tutti capita, prima o poi, di dover prendere una compressa, magari per combattere un sintomo che può apparire banale.

Non facciamolo a cuor leggero: il farmaco non è mai un prodotto neutro ed è bene assumerlo con prudenza: un semplice antistaminico preso per combattere i fastidiosi sintomi di un'allergia, ad esempio, può provocare stati di pesante sonnolenza che, se dovessimo metterci in viaggio guidando una macchina, ci esporrebbero a gravi rischi.

In tempi in cui l'accesso al farmaco è più ampio e diffuso e le dinamiche demografiche rendono sempre più esteso il fenomeno della cosiddetta *politerapia*, è essenziale moltiplicare gli sforzi per monitorare ogni effetto indesiderato e ogni reazione avversa.

Quando si assume un farmaco bisogna sapere:

- 1) Come, quando e per quanto tempo devo prendere questa medicina?

- 2) Questo farmaco può dare luogo a interazioni pericolose se assunto con altri farmaci o con particolari alimenti?
- 3) Questo farmaco ha effetti collaterali conosciuti? E quali?
- 4) Come devo conservare questo farmaco? Per quanto tempo è utilizzabile, una volta aperta la confezione?
- 5) Ci sono equivalenti (generici) che corrispondono a questa specialità medicinale?



# Conservare i farmaci in modo appropriato

## Le regole da seguire in estate

Leggere attentamente le modalità di conservazione previste per il medicinale indicate nelle informazioni del prodotto. Qualora queste non fossero specificate, conservare il prodotto a temperatura inferiore ai 25°C in luogo fresco ed asciutto. Nel caso non fosse possibile è bene conservarlo in frigo e, in caso di viaggi o soggiorni fuori casa, trasportarlo in un contenitore termico. Agenti atmosferici come eccessiva luce e/o sbalzi di temperatura possono deteriorare il medicinale.

Esporre i medicinali per un tempo esiguo (una o due giornate) a temperature superiori a 25°C non ne pregiudica la qualità, ma, per un tempo più lungo, ne riduce considerevolmente la data di scadenza. Se invece la temperatura di conservazione è specifica-

tamente indicata, non rispettarla potrebbe addirittura renderli dannosi per la salute.

Se si utilizzano farmaci in forma pressurizzata (spray), è consigliabile evitarne l'esposizione al sole o a temperature elevate e utilizzare contenitori termici per il trasporto.

In caso di terapia con farmaci a base di insulina, è bene ricordare che questi vanno conservati in frigorifero; qualora si debbano affrontare lunghi viaggi è consigliabile collocarli in una borsa termica che li mantenga alla giusta temperatura e, nel caso di viaggio aereo, trasportarli nel bagaglio a mano.

Evitare di inserire farmaci diversi in una sola confezione o mescolarli in uno stesso contenitore per risparmiare spazio in valigia: si potrebbero avere poi delle difficoltà a riconoscere la data di scadenza, la tipologia del medicinale e il dosaggio.

Evitare l'uso di contenitori (portapillole) non esplicitamente destinati al trasporto di farmaci, in quanto potrebbero facilmente surriscaldarsi o rilasciare sostanze nocive ed alterare così le caratteristiche del medicinale.

Alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione a seguito dell'esposizione al sole. Controllare attentamente le istruzioni in caso di assunzione di: antibiotici (tetracicline, chinolonici), sulfamidici, contraccettivi orali (pillola), antinfiammatori non steroidei (FANS), prometazina (antistaminico).

Evitare l'esposizione al sole dopo l'applicazione di gel/cerotti a base di ketoprofene (fino a due settimane dopo il trattamento) o creme a base di prometazina, queste ultime spesso utilizzate per le punture di insetti o allergie cutanee; in tal caso lavare accuratamente la zona interessata, in modo da evitare la comparsa di macchie o nel peggiore dei casi, vere e proprie ustioni. Per tutti gli altri medicinali in forma di gel/crema è bene verificarne la compatibilità con l'esposizione al sole.

Il caldo può provocare l'abbassamento della pressione anche in soggetti ipertesi, pertanto la terapia dell'ipertensione arteriosa, ovvero pressione alta, (ACE inibitori in associazione o meno con diuretici, sartani, calcio antagonisti, diuretici, beta bloccanti, bloccanti dei recettori alfa adrenergici) e di altre malattie cardiovascolari, potrebbe richiedere un ri-



adattamento da parte del medico/specialista nel periodo estivo.

Nel caso di un farmaco presente in diverse forme farmaceutiche e in assenza di specifiche controindicazioni (ad esempio la difficoltà di deglutizione), sono consigliabili le formulazioni solide rispetto a quelle liquide che, contenendo acqua, sono in genere maggiormente sensibili alle alte temperature (termolabili).

Intorno agli occhi, nel periodo estivo, è meglio non utilizzare prodotti che con il calore possono entrare a contatto con la superficie oculare (creme o pomate non idonee all'uso oftalmico).

Se si deve affrontare un lungo viaggio in auto, è consigliabile trasportare i farmaci nell'abitacolo condizionato e/o in un contenitore termico. Deve essere evitato il bagagliaio che potrebbe surriscaldarsi eccessivamente.

Qualora l'aspetto del medicinale che si utilizza abitualmente appaia diverso dal solito o presenti dei difetti (presenza di particelle solide in sospensione o sul fondo, cambio di colore o odore, modifica di

consistenza) occorre sempre consultare operatori sanitari qualificati prima di assumerlo.

Nel caso di viaggi in aereo, è bene collocare i farmaci nel bagaglio a mano. In caso di flaconi liquidi di medicinali già aperti, mantenerli in posizione verticale. È consigliabile inoltre che i soggetti in terapia con farmaci salvavita portino con sé in cabina tali medicinali con le relative ricette di prescrizione, poiché potrebbe essere necessario esibirle nelle fasi di controllo.


Nell'eventualità di trovarsi nella necessità di spedire dei medicinali è bene preferire sempre le compresse o comunque forme solide .

*Fonte AIFA*

Per ulteriori informazioni, integrazioni, contributi culturali: [assistenza.farmaceutica@ass1.sanita.fvg.it](mailto:assistenza.farmaceutica@ass1.sanita.fvg.it)

l'opuscolo è scaricabile dal sito dell'ASS 1:  
[www.ass1.sanita.fvg.it](http://www.ass1.sanita.fvg.it)





# farmaci & benessere

# farmaci & benessere

s.c. assistenza farmaceutica

luglio 2014