



COSA SAPERE SUI FARMACI CHE SI DEVONO ASSUMERE

PER IL CITTADINO:

Quando si parla con il proprio medico è essenziale riuscire ad esprimersi e comprendere ciò che egli dice; alcuni suggerimenti:

- Prima di entrare nello studio richiamare alla mente cosa dire (se necessario appuntarsi le cose più importanti su un foglietto)
- Avere con sé esami/cartelle/documenti che attestano richieste o ricoveri effettuati dall'ultima visita
- Parlare con calma, descrivere un problema per volta, cercando di essere precisi e sintetici
- Non sentirsi imbarazzati o intimoriti
- Se qualcosa non è chiaro no esitare a chiedere spiegazioni.

PER IL MEDICO:

Quando si parla con un paziente è essenziale ascoltare e comprendere ciò che egli dice; alcuni suggerimenti:

- Il medico curante dovrebbe comunque conoscere la storia clinica del paziente, per cui spesso possono bastare poche informazioni, purché precise
 - Il medico ha il dovere di spiegare la natura di un problema e il perché di una scelta
 - Il medico deve esprimersi in modo adeguato all'istruzione di paziente e alla sua sensibilità
- Un paziente informato e consapevole segue meglio i consigli e le terapie.**

ANZIANI E FARMACI: CONSIGLI PER L'USO

A cura del
**Servizio di Informazione sui
Farmaci nell'Anziano; Laboratorio
di Valutazione della Qualità delle
Cure e dei Servizi per l'Anziano**



DIRITTI DEL CITTADINO

- Essere ascoltato dal medico per il tempo sufficiente a esprimere i suoi problemi/ricieste
- Essere informato sulle scelte terapeutiche per poter esprimere il suo consenso in piena consapevolezza
- Riservatezza dei dati
- Scegliere o cambiare il proprio medico curante

DOVERI DEL CITTADINO

- Rispettare le scelte del medico
- Osservare le regole di organizzazione dell'ambulatorio
- Rispettare gli orari delle visite
- Riferire al proprio medico le medicine e le cure in atto
- Riferire al proprio medico le decisioni di specialisti

DOSAGGIO

Un farmaco può recare benefici se assunto in quantità comprese tra una dose minima e una massima.

- **Al di sotto** della dose minima il farmaco **non sarà efficace**
- **Al di sopra** della dose massima il **farmaco diventa tossico**

Il dosaggio "giusto" di un medicinale può cambiare per ogni persona in base a fattori diversi:

- Gravità della malattia
- Età
- Peso
- Stato generale di salute
- Cure già in corso

EVITARE DI:

- Prendere di propria iniziativa una dose più alta di quella prescritta per avere un "effetto più marcato"
- Assumere una "dose più bassa" pensando di ridurre gli effetti collaterali

TEMPI DI ASSUNZIONE

Come per le dosi, anche il **rispetto dei tempi** è importante perché la terapia sia efficace e tollerata:

- Non assumere le dosi a intervalli più brevi di quelli raccomandati (rischio di effetti indesiderati)
- Non assumere le dosi a intervalli più lunghi (rischio di ridurre l'efficacia)
- Non interrompere una cura perché i benefici non si vedono subito (es. ipertensione, colesterolo, depressione)
- Non interrompere una cura solo perché ci si sente bene (es. diabete, colesterolo, ipertensione, malattie croniche)



VIE DI SOMMINISTRAZIONE

SUGGERIMENTI PRATICI

A meno di indicazioni specifiche da parte del medico:

- Le compresse vanno inghiottite intere
- Le capsule vanno inghiottite intere e rapidamente
- I granulati vanno sciolti bene in acqua
- Valutare l'effetto del cibo sull'assorbimento
- Vomito e diarrea possono modificare l'assorbimento
- Le iniezioni vanno fatte da mano esperta
- Le supposte vanno trattenute per il tempo sufficiente a essere assorbite
- Per gli inalatori seguire attentamente le istruzioni
- Prima di applicare un farmaco sulla pelle, mani e zona di applicazione devono essere ben pulite.



EFFETTI COLLATERALI

EVITARE L'ANSIA DA FOGLIETTO ILLUSTRATIVO

- Gli effetti collaterali gravissimi sono estremamente rari
- Riferire tutti gli effetti indesiderati al proprio medico o farmacista (per i prodotti da banco)
- Se un farmaco ha dato un effetto collaterale non dovrebbe essere più assunto

Non sospendere, modificare, o saltare dosi di propria iniziativa o su consiglio di famigliari o amici. Ogni problema va discusso con il medico o il farmacista.

COME CONSERVARE I FARMACI

- I farmaci devono essere conservati in un luogo buio e non accessibile ai bambini, a temperatura ambiente (intorno a 20°C), lontano da fonti di calore, o se specificato in frigorifero
- Non esporre i farmaci alla luce solare, non lasciare farmaci in auto
- Conservare i farmaci nella loro confezione originale
- Leggere le istruzioni riportate sul foglietto illustrativo
- Fare attenzione ai cambiamenti di colore, consistenza, sapore e odore: possono essere indicativi di una alterazione
- Fare controlli periodici per gettare i prodotti scaduti.



DATA DI SCADENZA

- La data di scadenza si riferisce a confezioni integre
- Una volta superata la data di scadenza, il farmaco potrebbe aver subito una perdita del principio attivo
- Dopo l'apertura di una confezione rispettare quanto riportato nel foglietto illustrativo

DIMENTICANZE ED ERRORI

COME EVITARLI?

- Chiarire con il medico/farmacista tutti i dubbi
- Se le istruzioni sono complicate farcele scrivere
- Tenere a portata di mano un foglietto con farmaci e orari a cui assumerli o utilizzare appositi contenitori portapillole
- Non gettare il foglietto illustrativo
- Associare la terapia a gesti usuali
- Se si hanno problemi di memoria farsi aiutare da un familiare.

UN GIUSTO RAPPORTO CON IL MEDICO

Come?

Imparando a porre al proprio medico domande dettagliate come quelle di seguito riportate:

- Per il mio disturbo, in aggiunta ai farmaci, cos'altro posso fare per facilitare la cura?
- Che cos'è e a cosa serve il farmaco che mi ha prescritto?
- Quanto è importante per la mia salute assumere questo farmaco?
- Come e quando va preso?
- Cosa debbo fare se dimentico di assumere una dose?
- Per quanto tempo dovrò assumerlo?
- Quali sono gli effetti indesiderati che il farmaco può causare?
- Cosa devo fare se si verifica uno di questi disturbi?
- Devo mettermi in contatto con lei o sospendere il trattamento?
- Quando devo tornare per un controllo?
- Devo tener nota di come mi sento durante la cura?
- Quanto costa il farmaco?
- Quanto dovrò pagare di tasca mia?



MN
MARIO NEGRI
ISTITUTO DI RICERCHE
FARMACOLOGICHE

**Aiutando
la Ricerca
Aiuti la Vita**

Sostieni l'Istituto con il tuo **5 per mille**



Dal 1961 il Mario Negri, con oltre 11.000 ricerche a livello internazionale, ha dato il suo prezioso contributo alla lotta contro:

- tumori e dolore
- malattie neurodegenerative
- patologie cardiovascolari e renali
- rigetto dei trapianti d'organo
- malattie pediatriche
- malattie rare
- dipendenza dalle droghe
- inquinamento ambientale

MODELLI: 730 - UNICO PF - CUD

Finanziamento della ricerca scientifica e della università

FFIWA

✓ Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

03254210150

www.marionegri.it