

Leki - spotkanie pacjenta i lekarza

Jak to zrobić bezpiecznie?

lek. Aleksander Biesiada
specjalista medycyny rodzinnej



Czym jest lek?

Lek jest to substancja lub mieszanina substancji, posiadająca właściwości zapobiegania lub leczenia chorób występujących u ludzi.



Rodzaje lekarstw

Leki na receptę - Leki te dostępne są wyłącznie po przepisaniu przez lekarza recepty.

Leki OTC - Możesz kupić lek bez konieczności posiadania recepty.

Suplementy diety -
Osobna kategoria produktów; nie muszą spełniać rygorystycznych norm obowiązujących leki.

Drogi podania leków

- Doustnie,
- Doodbytniczo,
- Podpoliczkowo,
- Podjęzykowo,
- Donosowo,
- Inhalacyjnie,
- Dospojówkowo,
- Dopochwowo.

• Poprzez wstrzyknięcie:

- Dosercowo,
- Dotętniczo,
- Dożylnie,
- Nadoponowo,
- Podpajęczynówkowo,
- Śródskórnice,
- Podskórnice,
- Domięśniowo,
- Dootrzewnowo.

Leki podawane doustnie

- Mogą być to: tabletki, kapsułki, pastylki, syropy.
- Należy zwrócić uwagę na to w jaki sposób powinny być one przyjmowane - czy powinny być one przyjmowane przed, w trakcie, czy po posiłku, o jakiej porze dnia.



Leki podawane podskórnie

- Dostęp podskórny często jest wykorzystywany w **medycynie paliatywnej** zarówno w poradni, jak i w zespole domowej opieki paliatywnej.

Metoda ta jest wskazana szczególnie dla:

- Nieprzyjmujących posiłków
- Z zaburzeniami połykania
- Wyniszczonych
- W bardzo ciężkim stanie

Leki podawane wziewnie



- Leki mogą być podawane za pomocą inhalatorów, dysków, nebulizacji.
- W przypadku inhalatorów można zastosować u Chorych **komory**, które ułatwiają przyjęcie pełnej dawki leków.

Zawsze po podaniu **sterydów** wziewnie pamiętaj o toalecie jamy ustnej, aby zapobiec grzybicy.

Interakcje leków z pożywieniem

- Najczęstsze interakcje dotyczą leków kardiologicznych z **pożywieniem zawierającym potas** - bananami, zielonymi warzywami liściastymi, pomidorami, pomarańczami. Należy unikać ich zażywania wraz z tymi posiłkami.



e-recepta



1050339443612496207226

Prefiks ID 2.16.840.1.113883.3.4424.2.7.15032.2.1

Kod dostępu **6770**

Wystawiono 10.04.2020

Pacjent **Aleksander Biesiada**

Wystawca lek. Aleksander Biesiada

PWZ lekarza 2840016

tel: 12256-01-24 (rejestracja)

Recepta 1 z 1 0000000000mm307425305

Spasmolina kaps. twarde (60 mg) | 100%

2 op. po 20 szt.

D.S. 2 x 1

Odpłatność **100%**

Wejdź na pacjent.gov.pl i skorzystaj z Internetowego Konta Pacjenta (IKP).

Oświadczam, że nie realizowałem/am wcześniej recept o
pozycjach:

Jestem świadomy odpowiedzialności karnej za złożenie
fałszywego oświadczenia.

.....
(data i podpis)

E-recepta

- Jest formą wypisania leków przez lekarza.
- Może zostać zrealizowana **do 30 dni** od jej wystawienia.
- Lekarz może wystawić receptę z późniejszą datą realizacji, wtedy recepta jest ważna 30 dni o tej daty.
- Lekarz może również wystawić receptę o bardzo długim okresie ważności - **365-dniowym**. Wtedy recepta może być zrealizowana przez rok od jej wystawienia.

Imię i nazwisko Pacjenta: MARIA KOWALSKA Leki spisano dnia: 22/04/2019

LEKI STAŁE Nazwa leku i dawka	Na co jest ten lek?	Dawkowanie		
		Rano	Południe	Wieczór
<i>Beto ZK 50</i>	<i>Na serce</i>	<i>1</i>	<i>0</i>	<i>0</i>
<i>Amlopin 5</i>	<i>Na ciśnienie</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>1</i>
<i>Acord 75</i>	<i>Na serce</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>1</i>
<i>Furagina</i>	<i>Zapalenie pęcherza</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>2</i>
		<i>Tylko przez 5 dni</i>		

LEKI DORAŻNE Nazwa i dawka	Na co podać?	Kiedy/Jak podać?
<i>Captopril 25</i>	<i>Na skok ciśnienia</i>	<i>1x1 pod język</i>

lekarzrodzinny.blog

Aktualna lista leków

- Należy przygotować dokładną listę leków, które są stosowane, wraz z dawkami oraz częstotnością przyjmowania.
- Aktualną listę leków warto **nosić ze sobą**, gdy w nagłej sytuacji trzeba wezwać pogotowie ratunkowe - lekarze i ratownicy medyczni mogą się szybciej zorientować jakie leki były przyjmowane.

Gotowy do uzupełnienia spis znajduje się na stronie lekarzrodzinny.blog.

Najczęstsze problemy z lekami

- Nazwa leku,
- Zamienniki,
- Niewyraźna recepta,
- Braki leków,
- Ceny leków,
- Zapominanie o lekach,
- Opakowania.



Najczęstsze problemy z lekami

Nazwa leku

Kolejną kwestią jest występowanie tej samej substancji pod różnymi nazwami leków, w ten sposób Pacjent od kilku lekarzy może dostać **ten sam lek**.

Zamienniki

Poproś, aby farmaceuta na opakowaniu **napisał** jaki lek został zamieniony.



Najczęstsze problemy z lekami

Niewyraźna recepta

Poproś lekarza o ponowne wypisanie recepty, jej wydrukowanie lub napisanie osobno sposobu dawkowania.

Braki leków

Niektóre leki nie są od razu dostępne w aptece. Możesz spróbować w innej, masz także prawo oczekiwać, iż apteka sprowadzi dla Ciebie potrzebne lekarstwo.

DOB: 30-5-1964
DATE: 26/6/2017
SEX ☐ M ☐ W

lets 2x day.

food.

taking if following

effects occur:-

- headaches.

- Nausea

- Dizziness

the symptoms, please
liately.

feel free

Should any of
your doctor

Wishu, for
contribution

Medical Cont

TYLISCH
H

SHOOTS

Najczęstsze problemy z lekami

Ceny leków

Dla wielu leków występują ich tańsze alternatywy, tzw. **zamienniki**. Taki zamiennik zawiera dokładnie tę samą substancję czynną, co lek oryginalny.

Zapominanie o lekach

Ustaw sobie **przypomnienie**, rozłóż leki do odpowiednich **pojemników** (na dany dzień i porę dnia), zapisuj i zaznaczaj, które leki w dany dzień zostały przyjęte.



Najczęstsze problemy z lekami

Opakowania

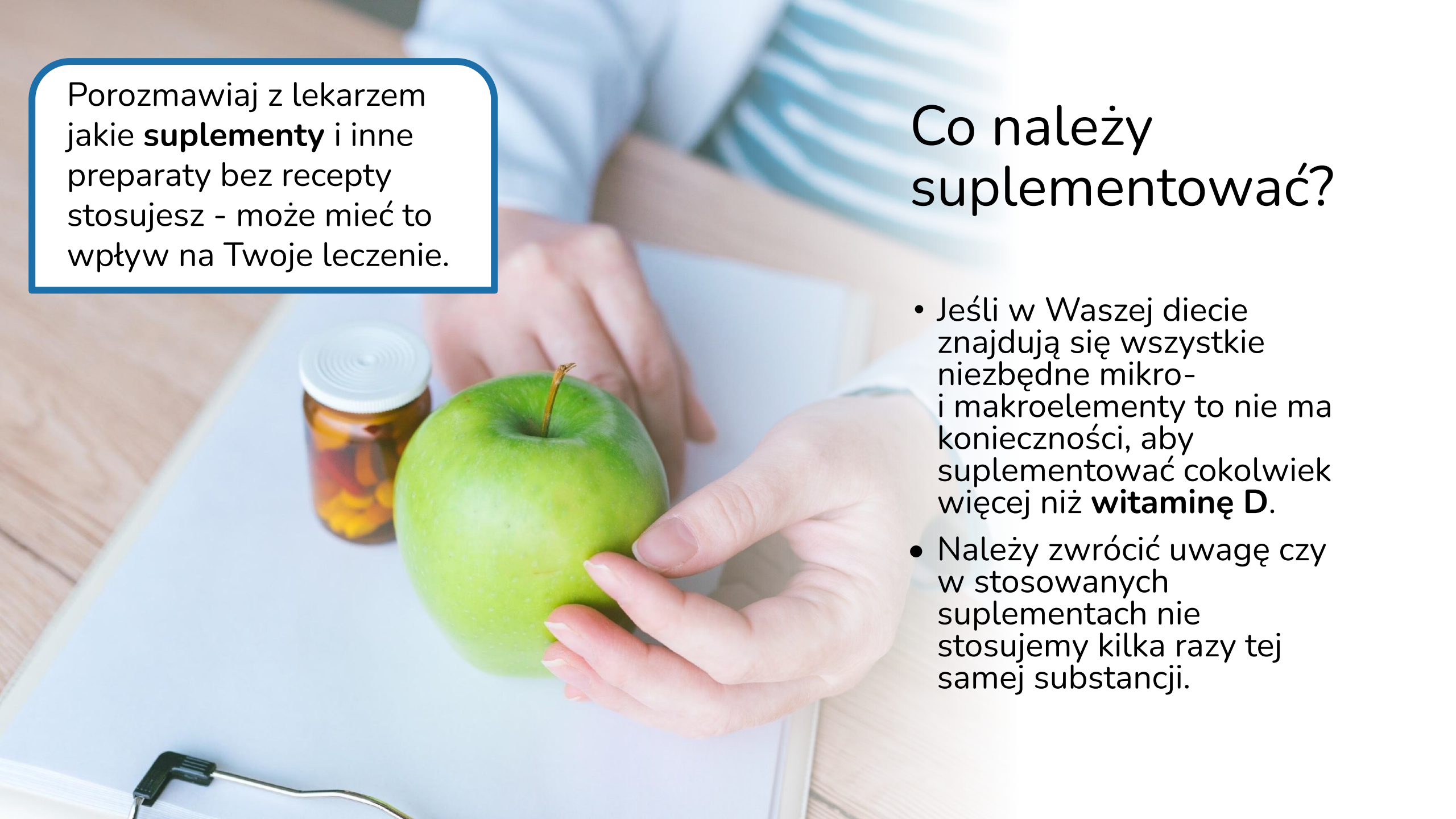
Jeśli nie radzisz sobie z takim opakowaniem: poproś w aptece o **przesypanie leku** do innego pojemniczka lub poproś członków Rodziny, aby przepakowali leki.



Porozmawiaj z lekarzem
jakie **suplementy** i inne
preparaty bez recepty
stosujesz - może mieć to
wpływ na Twoje leczenie.

Co należy suplementować?

- Jeśli w Waszej diecie znajdują się wszystkie niezbędne mikro- i makroelementy to nie ma konieczności, aby suplementować cokolwiek więcej niż **witaminę D**.
- Należy zwrócić uwagę czy w stosowanych suplementach nie stosujemy kilka razy tej samej substancji.





Polipragmazja

W praktyce polifarmakoterapia polega na stosowaniu **co najmniej 5 leków jednocześnie**. Natomiast polipragmazja polega nadmiernym przepisywaniu leków, które nie jest konieczne, a nawet może wyrządzić więcej szkody niż pożytku.



Działania niepożądane polipragmazji

- upadki, utraty przytomności,
- błędy w dawkowaniu,
- w skrajnych przypadkach zwiększona śmiertelność,
- majaczenie,
- pogorszenie funkcji poznawczych,
- zaparcia,
- zaburzenia ciśnienia, w tym jego gwałtowne spadki.

Odstawianie niepotrzebnych leków

- Należy sporządzić **listę** stosowanych lekarstw wraz z dawkowaniem.
- Następnie należy **wraz z lekarzem** omówić wszystkie stosowane przez Chorego leki, aby wspólnie zaplanować ich odstawienie.



Jak przyjmować leki bezpiecznie i odpowiedzialnie?



Stosuj leki zgodnie z zaleceniami lekarza

W przypadku wielu substancji duże znaczenie dla ich działania ma sposób, w jaki są przyjmowane **przed/w trakcie/po posiłku**, czy też **pora dnia**.

Nie połykaj kilku leków jednocześnie

O ile lekarz nie zaleci inaczej **zachowuj odstęp** pomiędzy przyjmowanymi lekami.

Jak przyjmować leki bezpiecznie i odpowiedzialnie?

Leki popijaj zawsze wodą

Należy leki popijać **wodą**, ponieważ nie reaguje ona z substancjami zawartymi w lekach.

Zażywając leki nie pij alkoholu

Alkohol może powodować zmianę siły działania przyjmowanych leków, a także zwiększyć ryzyko uszkodzenia niektórych narządów.



Jak przyjmować leki bezpiecznie i odpowiedzialnie?

Imię i nazwisko Pacjenta: *MARIA KOWALSKA* Lek spisano dnia: *22/04/2019*

LEKI STAŁE Nazwa leku i dawka	Na co jest ten lek?	Dawkowanie		
		Rano	Południe	Wieczór
<i>Beto ZK 50</i>	<i>Na serce</i>	<i>1</i>	<i>0</i>	<i>0</i>
<i>Amlopin 5</i>	<i>Na ciśnienie</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>1</i>
<i>Acard 75</i>	<i>Na serce</i>	<i>0</i>	<i>0</i>	<i>1</i>
<i>Furagina</i>	<i>Zapalenie pęcherza</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>2</i>
		<i>Tylko przez 5 dni</i>		

lekarzrodzinny.blog



Sporządź listę wszystkich leków

Pamiętaj także o **suplementach diety** i innych preparatach dostępnych bez recepty!

Pytaj lekarzy o interakcje między lekami

Gdy któryś ze specjalistów zaleca Ci stosowanie **nowego leku**, pokaż mu sporządzoną listę swoich leków.

Jak przyjmować leki bezpiecznie i odpowiedzialnie?

Leki kupuj zawsze w aptece

Kupując leki w aptece masz gwarancję ich **pochodzenia** i prawidłowego **przechowywania**.

Leki przechowuj w oryginalnych opakowaniach

Dzięki zachowaniu oryginalnych opakowań łatwiejsze będzie kontrolowanie **dat ważności leków**.



Jak przyjmować leki bezpiecznie i odpowiedzialnie?

Nie odstawiaj samodzielnie leków, które przepisał lekarz

Zawsze upewnij się **jak długo** powinienś stosować dany lek. Nie przestawaj zażywać leku, gdy tylko poczujesz się lepiej, jeśli lekarz zalecił dłuższe stosowanie.

Nie lecz się sam!

Nie stosuj leków bez konsultacji z lekarzem.



Jak przyjmować leki bezpiecznie i odpowiedzialnie?

Nie stosuj leków z polecenia rodziny i znajomych

Odpowiedni lek powinien być **dobrany do Twojego** obecnego problemu z uwzględnieniem także innych występujących objawów.

Nie stosuj przeterminowanych leków

Staraj się co jakiś czas robić przegląd swojej domowej apteczki, pozbywając się przeterminowanych leków.





12 zasad bezpiecznego stosowania leków



- 1 Stosuj leki zgodnie z zaleceniami lekarza
- 2 Nie połykaj kilku leków **jednocześnie**
- 3 Leki **popijaj** zawsze **wodą**
- 4 Zażywając leki **nie pij alkoholu**
- 5 **Sporządź listę** listę wszystkich stosowanych leków i suplementów
- 6 Zawsze **pytaj swoich lekarzy** czy zażywane leki nie wchodzi z sobą w niepożądane reakcje
- 7 Leki kupuj **zawsze w aptece**
- 8 Leki **przechowuj w oryginalnych** opakowaniach
- 9 **Nie odstawiaj samodzielnie** leków, które przepisał Ci lekarz
- 10 **Nie lecz się sam** – nie stosuj leków bez konsultacji z lekarzem
- 11 **Nie stosuj leków z polecenia rodziny i znajomych**
- 12 **Nie stosuj przeterminowanych leków**

 **MAŁOPOLSKA**

Projekt zrealizowany ze środków Województwa Małopolskiego

Więcej informacji na stronie www.profilaktykawmalopolsce.pl

www.profilaktykawmalopolsce.pl

Pytaj!

- Nie należy bać się zadawać pytań, szczególnie przy wprowadzaniu **nowego leku!** Ważne, aby wiedzieć
 - Jak ma lek działać?
 - Czy stosujemy go doraźnie czy na stałe?
 - Jak go stosować? Przed, w trakcie, czy po posiłku?
 - Czy występują specjalne obostrzenia przy stosowaniu tego leku?
 - Co zrobić w przypadku pominięcia dawki?
 - Co w przypadku gdy przyjęto zbyt wiele leku?



Apteczka na wyjazd

- W apteczce podróżnej najważniejsze są **leki stale stosowane**. Zadbaj, by leki zabrać ze stosownym zapasem.
- Zabierz ze sobą **listę leków**.
- Dorośli obciążeni wieloma chorobami współistniejącymi powinni **skonsultować się z lekarzem** przed podróżą czy nie zaleci on zabrać ze sobą kilku dodatkowych leków.



Apteczka na wyjazd

Leki:

- ☐ Stale stosowane w ilościach i dawkach wystarczających na okres wakacji + kilka dni na nieprzewidziane sytuacje
- ☐ Leki w chorobie lokomocyjnej
- ☐ Leki przeciwgorączkowe i przeciwbólowe
- ☐ Leki miejscowe na gardło i nos
- ☐ Leki przeciwczerwieniowe w tabletkach i maściach
- ☐ Stery doustny, stery miejscowy wg wskazań lekarza
- ☐ Leki przeciwwstrząsowe
- ☐ Probiotyki
- ☐ Węgiel aktywny
- ☐ Elektrolity doustne
- ☐ Leki osłonowe przewodu pokarmowego
- ☐ Leki na bóle kolkowe

Środki opatrunkowe

- ☐ Opatrunki jałowe w różnych rozmiarach
- ☐ Bandaże opatrunkowe
- ☐ Bandaże elastyczne
- ☐ Plastry
- ☐ Paski do zamykania ran Steri Strip
- ☐ Oktenidyna na rany
- ☐ Maści na urazy
- ☐ Maści na oparzenia skóry

- ☐ Termometr
- ☐ Sól fizjologiczna
- ☐ Sztuczne łzy
- ☐ Zimne kompresy żelowe
- ☐ Nożyczki i rękawiczki
- ☐ Strzykawki do przemywania ran i igły
- ☐ Chusta trójkątna
- ☐ Koc termoizolacyjny
- ☐ Lasso na kleszcze
- ☐ Ciśnieniomierz i glukometr jeśli Chory przewlekłe choruje i potrzebuje ich na co dzień

Apteczka na wyjazd



- Leki najlepiej spakować w kilka miejsc: do bagażu podręcznego i do bagażu głównego. Do **bagażu podręcznego** warto spakować leki, które są zażywane na stałe, które trzeba zażyć podczas podróży.
- Rekomenduję, aby Twój lekarz wystawił Ci **zaświadczenie**, jakie leki stale stosujesz i wpisał, że musisz je mieć podczas lotu samolotem przy sobie.

Dziękuję za uwagę