

## Usare bene i farmaci e' possibile e puo' essere anche facile

A cura dell'Osservatorio Farmacologico:  
Assessorato alla Sanità, Regione Abruzzo; Consorzio Mario Negri Sud  
Segreteria Scientifica:  
Realizzazione grafica: Maria Nigro

Il titolo di questo primo testo di informazione può sembrare strano, o inutilmente ottimista, alla luce dei tanti interrogativi, per non parlare degli incidenti e delle emergenze, che periodicamente sono in primo piano anche nei massmedia proprio nel campo dei farmaci. L'affermazione che è possibile una utilizzazione razionale dei farmaci è realistica se si tengono presenti alcune regole. Il se è fondamentale:



- ↪ se le regole non sono viste come dei comandi che vengono dall'alto o dagli esperti, a cui si deve solo obbedire, ma degli impegni da condividere;
- ↪ se i farmaci sono considerati come uno dei tanti strumenti, più o meno complicati, che utilizziamo sul lavoro e nella vita quotidiana solo quando ne comprendiamo bene il funzionamento e le finalità;
- ↪ se accettiamo il fatto che lo sviluppo rapidissimo, e spesso non razionale, del mercato dei farmaci ha creato lungo gli anni situazioni di forte ambiguità (nelle informazioni e nei comportamenti dei medici, dei farmacisti, dei cittadini) dalle quali si può – e si deve – uscire attraverso uno sforzo collaborativo di tutti, senza ritenere che il primo passo debba essere fatto solo dagli altri;
- ↪ se si pensa che il diritto alla salute, anche attraverso l'uso dei farmaci, può essere solo il prodotto di un cammino - non breve, ma molto ricco che e val la pena di fare – di presa di coscienza e di autonomia responsabile.

Questa iniziativa di informazione vede i cittadini-pazienti fare il loro primo passo invitando medici e farmacisti ad un dialogo e ad un impegno. Altre iniziative sono proposte a medici e farmacisti perché anch'essi facciano i primi passi che loro competono.

## Le regole ed i diritti

### Regola n. 1

Orientarsi – Come in tutti i territori poco esplorati è indispensabile avere una mappa che definisce per lo meno i confini e le regole di ciò che è permesso o proibito. Nel campo dei farmaci le definizioni che contano sono molto poche, ed è facile ricordarle: farmaci di prescrizione/da banco/senza obbligo di ricetta (v. Tabella in fondo).



### Regola n. 2

Farmaci, problemi, disagi, malattie – Come tutti i supermercati, anche quello dei farmaci si propone come luogo dove si possono comprare le soluzioni per tutti i bisogni: quelli veri, quelli immaginari, quelli indotti. Questa è la trappola più pericolosa: se la si evita, si è molto avanti nel cammino dell'uso intelligente dei farmaci. La regola dice: i farmaci sono strumenti molto efficienti solo se ben "mirati". Non ci sono farmaci "per star bene", "per il malessere", "per la fatica" e via via. Si parlerà in modo specifico di questo. Per ora è importante ricordare che: ogni farmaco preso senza una ragione precisa fa male; può darsi non faccia nulla di male al fisico; produce il danno più profondo di dare illusioni, confondere le idee, trasformare in "consumatori di farmaci".



### Regola n. 3

Capire – I farmaci sono risposte a problemi. Se non si sa e non si capisce quale è il problema che si ha, non è possibile dargli risposte appropriate. Questa regola vale per tutti i tipi di farmaci ricordati nella tabella:

- ↪ non assumere mai farmaci di cui non si sa spiegare perché si prendono; se, come, quando producono il loro effetto; se, come, quando possono produrre effetti indesiderati: il foglietto illustrativo (che si deve sempre tenere presente) non è spesso la fonte più utile e comprensibile di informazione;
- ↪ non uscire mai, dallo studio medico, o dalla farmacia, con dei dubbi sul perché di una ricetta, e sui criteri con cui si deve valutare la sua efficacia, e gli eventuali problemi che può causare;
- ↪ l'"obbedienza" (più o meno cieca) non è una virtù nel campo dei farmaci: e la fiducia nella competenza del medico e del farmacista deve essere proporzionale alla loro capacità di



spiegare, farsi capire, far partecipare alla valutazione dei benefici e dei rischi.

#### **Regola n. 4**

##### *Automedicazione*

Secondo le definizioni ufficiali, si parla di automedicazione quando si decide di assumere un farmaco da banco, o senza obbligo di prescrizione (v. Tabella), sia perché lo si compra per la prima volta, o perché lo si ha in casa e lo si conosce.

Si dice – a ragione! - :

- ↻ che è bene non ricorrere molto all'automedicazione;
- ↻ che è necessario stare attenti ed informarsi per evitare che i farmaci di automedicazione interferiscano con quelli che eventualmente già si prendono con ricetta medica provocando effetti dannosi.
- ↻ Secondo le regole sopra ricordate si può dire qualcosa in più:
- ↻ ogni assunzione di farmaci deve essere un'automedicazione: cioè una decisione che si sente come propria, pienamente informata, che mira a rispondere ad un bisogno che si è ben compreso, che è condivisa fino in fondo con il medico (nel caso di prescrizione con ricetta), così da essere in grado di valutare, senza timori, al momento giusto, i benefici ed i rischi.



#### **Definizioni da non dimenticare**

##### Farmaci rimborsabili dal SSN

Tutti i prodotti di cui è stata provata l'efficacia per le indicazioni approvate dal Ministero della sanità. Un loro uso appropriato richiede una diagnosi ed una prescrizione medica.

##### Farmaci senza obbligo di prescrizione (SOP)

Per la loro composizione e il loro obiettivo terapeutico, sono concepiti e realizzati per essere utilizzati senza l'intervento del medico per la diagnosi, la prescrizione, o la sorveglianza nel corso del trattamento e se necessario con il consiglio del farmacista.

Di questa categoria fanno parte:

- i farmaci SP (Senza Prescrizione), che non possono essere oggetto di pubblicità presso il grande pubblico;
- i farmaci da banco (detti anche OTC, dall'abbreviazione dell'espressione originale inglese Over The Counter), che possono essere oggetto di messaggi pubblicitari.