

# Diminuarea prescripției

## Luați mai mult de cinci medicamente diferite în fiecare zi?

În țara noastră, oamenii trăiesc din ce în ce mai mult și problemele cronice de sănătate apar odată cu vârsta. De multe ori, pentru a controla simptomele sau pentru a preveni complicațiile, luăm medicamente pentru perioade lungi de timp. Prin urmare, tot mai mulți oameni trebuie să ia multe medicamente. Multe persoane peste 65 ani trebuie să consume **cinci me- dicamente sau sau mai multe în fiecare zi:** sunt persoane care au mai multe **rețete medicale**. Unele persoane trebuie să consume zece medicamente sau chiar mai multe în fiecare zi. (hiper medicație multiplă).



Știm că, cu cât se iau mai multe medicamente, cu atât sunt mai probabile efectele secundare (căderi, confuzie, pierderi de memorie, dureri musculare, uscăciunea gurii sau constipație), combinația între medicamente și/sau, omiterea unuia dintre acestea în rețetă. Medicamentația multiplă poate duce chiar la internări în spital.

Pe de altă parte, odată cu vârsta înaintată, metabolismul se modifică: absorbția, distribuția corpului, eliminarea medicamentelor ... și acest lucru poate determina acumularea medicamentelor în sânge în cantități dăunătoare.

## Diminuarea prescripției

În ultimii ani, pentru a garanta utilizarea corectă a medicamentelor și pentru a îmbunătăți sănătatea și siguranța oamenilor, se recomandă

**DIMINUAREA PRESCRIPȚIEI**, adică, reducerea sau eliminarea medicamentelor

care, în timp, nu mai sunt necesare, sau, au mai multe riscuri decât beneficii.

Majoritatea oamenilor primesc medicamentele prescrise de diverși medici (de familie și alți specialiști în diferite sectoare policlinici -CAP-, urgențe, asigurări private, etc.). Este important să se verifice periodic împreună cu medicul sau infirmierul de la policlinică medicamentele care vi s-au prescris. Se vor asigura că luați cele mai potrivite medicamente, la dozele corecte, în condiții optime și că nu sunt contraproductive între ele.



Ei vă vor explica ce medicamente să păstrați, pe care să le retrageți și din care puteți reduce doza. În ceea ce privește medicamentele care trebuie retrase, ei vă vor explica cum trebuie să o faceți: de multe ori trebuie retrase puțin câte puțin și trebuie să monitorizați sau să faceți un test de sânge în timpul retragerii lor. De asemenea, farmacistul vă poate clarifica orice îndoială în acest sens.

Se știe că patru grupuri de medicamente sunt suprautilizate: somnifere, protectori pentru stomac, antiinflamatoare și tratamente pentru scăderea colesterolului. Dacă luați oricare dintre aceste medicamente, întrebați-vă medicul sau asistenta dacă puteți opri administrarea acestora.

Ca o concluzie putem spune că nu există medicamente „pe viață”. Când începem un tratament, ar trebui să îl discutăm cu medicul de familie și să verificăm periodic dacă mai este necesar să îl menținem.

Nu încetați niciodată să luați un medicament fără să consultați mai întâi medicul dumneavoastră.