n.3

# il PAZIENTE al CENTRO

IN EVIDENZA

*Farmaci:*
**ISTRUZIONI PER L'USO!**

**ATTENZIONE ALLE INTERAZIONI**
*farmaco-farmaco e farmaco-alimento*

*A tutela del paziente: conosci la*
**FARMACOVIGILANZA?**

## IL BUON ESITO DI UNA TERAPIA: DA COSA DIPENDE?

ZENTIVA
GRUPPO SANOFI

*Informatevi, seguite le indicazioni*

# IL BUON ESITO DI UNA TERAPIA: DA COSA DIPENDE?

## *Ecco i fattori che incidono maggiormente*

Farmaci: tutti li utilizziamo quando il medico ce li prescrive o il farmacista ce li consiglia, ma in pochi siamo a conoscenza dei fattori che concorrono al buon esito della terapia che stiamo seguendo.

Ecco i più importanti:

**Fisiologici:**

- età
- peso corporeo
- condizioni generali di salute
- altre terapie in corso

**Comportamentali:**

- stile di vita
- costanza nel seguire la terapia
- corretto uso dei farmaci prescritti
- corretta conservazione dei medicinali e verifica della loro data di scadenza
- collaborazione con il medico curante.

Non va inoltre trascurata l'importanza delle **interazioni del farmaco** con altri **medicinali** o con **integratori**, **prodotti erboristici**, **cibi** e **bevande** che vengono assunti nello stesso periodo in cui si sta seguendo la terapia.

Tali interazioni in alcuni casi possono **compromettere l'efficacia della terapia** che si sta seguendo, in altri possono favorire la comparsa di **reazioni avverse** indesiderate.

# Le interazioni potenzialmente dannose tra diversi farmaci UN PO' DI CHIAREZZA

Le interazioni tra **più farmaci assunti contemporaneamente** sono frequenti, ma nella maggior parte dei casi ben note ai professionisti della salute e dunque prevedibili.

> **Chiedete** sempre al medico o al farmacista **informazioni** sulle possibili interazioni dei farmaci che si devono assumere

> Informate sempre il medico e il farmacista riguardo ai **farmaci che si stanno già assumendo**

> **Leggete attentamente** le interazioni riportate nel **foglio illustrativo** al paragrafo 2

> Se all'aggiunta di un nuovo farmaco alla terapia abituale si dovesse notare la comparsa di qualche **disturbo insolito**, riferitelo prontamente al medico o al farmacista.

**> RICORDATE! <**

**Confrontatevi spesso con il vostro medico e/o farmacista**

## Ecco alcuni esempi di interazioni dannose

L'assunzione di alcuni **antibiotici** può comportare una diminuzione dei livelli di glicemia nei pazienti con diabete di tipo 2.

Alcuni **inibitori dell'acidità gastrica**, spesso assunti anche senza prescrizione medica, possono diminuire l'assorbimento di ferro e vitamina B.

Alcune **penicilline e cortisonici** riducono l'effetto anticoncezionale della pillola contraccettiva.

I **lassativi** interagiscono con molti altri farmaci assunti per via orale. Bisogna dunque distanziarne l'assunzione previo consulto con il medico o il farmacista.

# L'efficacia della terapia comincia a tavola

Anche cibi e bevande, in certi casi, possono compromettere l'efficacia di alcuni farmaci, potenziarne la tossicità o un particolare effetto indesiderato.
Naturalmente tali tipi di interazioni sono strettamente connesse con le quantità e la frequenza di assunzione di alimenti con cui il farmaco interagisce.

Bisogna inoltre sapere se il farmaco va assunto a **stomaco vuoto** (un'ora prima o due ore dopo i pasti) oppure a **stomaco pieno**. Bisogna essere informati sulla necessità di escludere dalla propria dieta, almeno temporaneamente, particolari alimenti e/o bevande.

## > COME SCOPRIRE LE INTERAZIONI DEI FARMACI CHE ASSUMI? <

- Leggete attentamente le interazioni riportate nel foglio illustrativo al paragrafo 2
- Chiedete consigli al medico e al farmacista
- Consultate la guida alle interazioni farmaci e alimenti presente sul sito dell'AIFA www.agenziafarmaco.gov.it

## > QUALCHE ESEMPIO PRATICO <

**L'alcol** – specie se assunto in quantità consistenti – può modificare l'effetto di molti medicinali. Ad esempio, con gli antistaminici l'assunzione di alcol potrebbe aumentare la sonnolenza indotta da questa tipologia di farmaci. Se state assumendo alcuni farmaci antiinfiammatori, bere tre o più bevande alcoliche al giorno può accrescere la probabilità di sanguinamento gastrico. Se poi la vostra terapia prevede farmaci ansiolitici (anti-ansia), antidepressivi, antipsicotici oppure sedativi e ipnotici, l'alcol va evitato del tutto.

Non eccedete con il **succo di pompelmo** se state assumendo alcuni farmaci per ridurre i livelli di colesterolo (statine). Grandi quantità di succo di pompelmo possono infatti aumentare i livelli di alcune statine nell'organismo e quindi la probabilità di effetti indesiderati.

Gli alimenti e le bevande che contengono **caffeina** possono aumentare la probabilità di effetti indesiderati come eccitabilità, nervosismo e tachicardia se state assumendo farmaci broncodilatatori per l'asma.

I **cibi ricchi di potassio,** come banane, arance, verdure a foglia verde e sostituti del sale, vanno limitati se si sta seguendo una terapia per l'ipertensione e si assumono farmaci ace-inibitori e/o alcuni tipi di diuretici.

La **vitamina K** contenuta in alcuni alimenti come broccoli, cavoli, spinaci, cime di rapa, cavoletti di Bruxelles può rendere i farmaci anticoagulanti (ad esempio Warfarin) meno efficaci. Il succo di **mirtillo** e i prodotti a base di mirtilli sono da evitare del tutto durante l'utilizzo di anticoagulanti perché possono modificarne gli effetti.

Se state seguendo una terapia con farmaci per l'insufficienza tiroidea bisogna informare il medico se mangiate alimenti a base di **farina di soia** (presente anche nel latte artificiale di soia), **noci** e **fibre alimentari** perché potrebbe essere necessario modificare le dosi dei farmaci.

(Fonti: Agenzia del farmaco - Ministero della Salute/agenziafarmaco.gov.it
"Sintesi della Guida FDA sulle interazioni Farmaci-Alimenti")

# *Fate valere i vostri diritti*

## *Reazioni avverse a farmaci e diritti del paziente*

# LA FARMACOVIGILANZA

Grazie a una recente direttiva dell'Unione Europea (2010/84/CE), oggi anche i cittadini (e non solo gli operatori sanitari) possono segnalare reazioni avverse provocate da farmaci.
Il cittadino assume dunque un ruolo attivo per la tutela della propria salute e di quella altrui.

## Cos'è la farmacovigilanza?

*"La farmacovigilanza è un insieme di attività volte a valutare in maniera continuativa tutte le informazioni relative alla sicurezza dei farmaci e ad assicurare, per tutti i medicinali in commercio, un rapporto beneficio/rischio favorevole per la popolazione."*

L'attività di farmacovigilanza in Italia è gestita dall'AIFA "Agenzia Italiana del farmaco" che raccoglie e analizza tutte le segnalazioni di sospette reazioni avverse.

Agenzia Italiana del Farmaco
AIFA

# Come segnalare le reazioni avverse?

Tutti possono segnalare eventuali reazioni avverse dei farmaci: cittadini, medici, farmacisti, operatori sanitari, aziende farmaceutiche.
**Fare la propria segnalazione è molto semplice:**

**> compilando l'apposita "scheda di segnalazione di sospetta reazione avversa"** che potete trovare sul sito web AIFA / area cittadino (sezione attività, menu sicurezza, sottomenu "segnalazione di reazioni avverse") (*www.agenziafarmaco.gov.it*); vedi esempio scheda all'ultima pagina.

La scheda va compilata in tutte le sue sezioni e inviata via posta o via email ai Responsabili di Farmacovigilanza.
Gli indirizzi email e postali sono disponibili sul sito AIFA / area cittadino (sezione attività, menu sicurezza, sottomenu "responsabili di Farmacovigilanza").

**> Rivolgendosi agli operatori sanitari** (medico, farmacista, ASL) che provvederanno a compilare ed inviare la scheda per vostro conto.

## > COS'È UNA REAZIONE AVVERSA? <

Si definisce **reazione avversa** ogni effetto nocivo e non voluto conseguente all'uso di un medicinale.

## *In quali casi è necessario fare la* **segnalazione?**

- Quando le reazioni avverse sono causate da sovradosaggio, abuso o uso improprio di un farmaco
- Reazioni avverse legate all'uso del farmaco assunto in maniera corretta
- Diminuzione o mancata efficacia del farmaco assunto in maniera corretta
- Reazioni avverse dovute a errori terapeutici del medico che ha prescritto il farmaco o del farmacista che l'ha consigliato
- Reazioni avverse causate dall'esposizione al medicinale per motivi professionali

## *Zentiva è l'azienda di farmaci equivalenti del gruppo Sanofi.*

Il diritto alla salute per Zentiva è uno dei valori fondamentali da preservare.
Il Gruppo Sanofi ha un servizio di farmacovigilanza che garantisce la gestione continua di segnalazioni di reazioni avverse legate ai propri prodotti (farmaci, dispositivi, integratori e cosmetici).

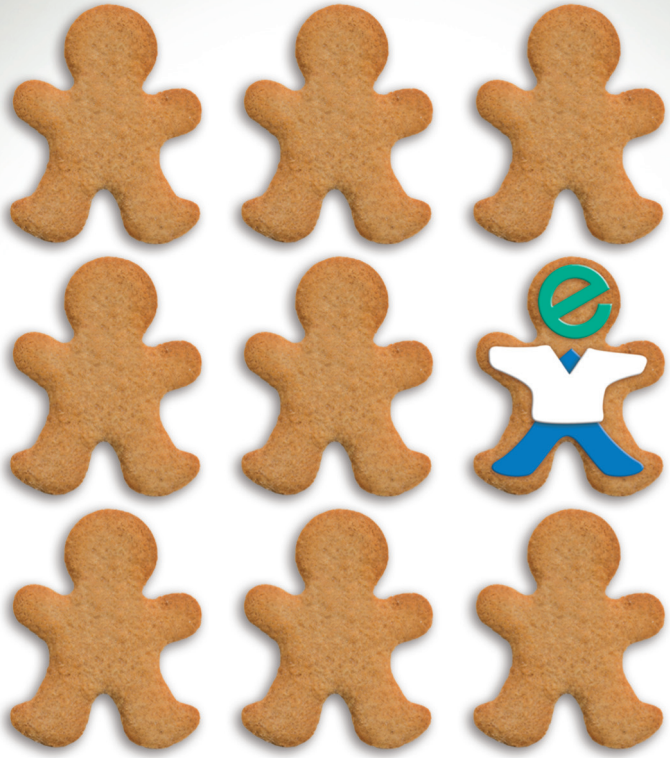
Sfoglia gli altri numeri del magazine
il **PAZIENTE** al **CENTRO** su **zentiva.it**

# > SCHEDA DI SEGNALAZIONE DI SOSPETTA REAZIONE AVVERSA <

*Modello di scheda per la comunicazione di effetti indesiderati dal cittadino*
**Comunicazione di effetti indesiderati dei farmaci**
**(da compilarsi a cura del Cittadino e da trasmettere al Responsabile di Farmacovigilanza**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1) | Quale reazione indesiderata ha osservato? | | | |
| 2) | Quando? | | | |
| 3) | Quanto è durata? | | | |
| 4) Quali medicinali stava prendendo? | | 5) Quante volte al dì? | 6) Da quando tempo? | 7) Per quale disturbo? |
| a | fiale | | | |
| b | supposte | | | |
| c | uso locale | | | |
| d | per bocca | | | |
| e | | | | |
| f | | | | |
| 8) | Il farmaco le è stato prescritto dal medico? | | SI | NO |
| 9) | L'aveva già preso in passato? | | SI | NO |
| 10) | Ha mai avuto la stessa reazione? | | SI | NO |
| 11) | Con quale medicinale? | | | |
| 12) | Chi è il suo medico curante? (Cognome, nome, indirizzo e telefono) | | | |
| 13) | Lo ha informato? | | SI | NO |
| 14) | Come è stata curata la reazione? | | | |
| | - sospeso il medicinale | | SI | NO |
| | - ridotta la dose | | SI | NO |
| | altro (specificare) | | | |
| 15) | Adesso la reazione è scomparsa? | | (barrare la risposta desiderata) | |
| | SI completamente | NON del tutto | NO | |
| Indirizzo e numero di telefono del paziente | | | Data | |
| | | | FIRMA | |

# Tra i generici, riconosci Zentiva.



SAIT.ZTV.15.10.0095

> Tanti farmaci generici di **elevata qualità**
> **Soluzioni di valore** per le principali esigenze di salute
> Una gamma di prodotti **uguali** ai corrispondenti farmaci a marchio Sanofi
> Tutta la garanzia di un **grande marchio**

ZENTIVA
GRUPPO SANOFI

www.zentiva.it