

„Léky do koše nepatří“

Na lednové schůzce jsme přivítaly Mgr. Irenu Storovou a její kolegyni ze Státního ústavu pro kontrolu léčiv (SÚKL), abychom se dozvěděly, jak správně nakládat s léky, aby nenadělaly víc škody než užítku.

Nejprve nás paní Storová seznámila s odbornými sekcemi ústavu spadajícími pod ministerstvo zdravotnictví. Jejich cílem je nejen zajistit, aby měl pacient účinný a bezpečný lék a zdravotnické prostředky, ale provádějí též průzkumy, jak lidé s léky zacházejí, zda je správně skladují, užívají i likvidují. Z těchto průzkumů vyplynulo, že se léky často pořizují do zásoby a po uplynutí doby použitelnosti se jich do lékáren vrací za víc než 1 miliardu Kč. Připočtou-li se k tomu léky vyhozené do popelnice nebo vrácené lékařům, zvýší se hodnota zbytečně utracených peněz na 2 miliardy Kč. Výsledky průzkumů tak nejsou vůbec lichotivé. Příbalový leták čte jen 40 % dotazovaných. Užíváním různých léků se stejnou účinnou látkou se ohrožujeme předávkováním a kontraindikacemi. Jak to napravit?

Správným skladováním.

Jeho uvedení na obalu i příbalovém letáku je třeba dodržovat, aby se nezměnila účinnost léku. To platí především u individuálně připravených léčebných přípravků z lékáren. Pokud to není uvedeno na obalu, je třeba se zeptat lékárníka.

Kontrolou doby použitelnosti.

Nejlépe před létem a před zimou je vhodné zkontrolovat domácí lékárníčku, abychom se vyvarovali zbytečných nákupů a přitom zkontrolovali expiraci i vzhled léčiva. Jediným správným způsobem likvidace již nepoužitelných léků je odevzdat je v kterékoliv lékárně. Léky jsou nebezpečný odpad, který vyžaduje zvláštní zacházení, proto má každá lékárna povinnost převzít odevzdané léčivo, které poté končí ve spalovně. Lékárna je tak jediná správná cesta pro likvidaci léčiv. Určitě tím není spláchnutí do kanalizace, kde zbytky léků kontaminují vodu, která nám pak teče z kohoutků.

Jak léky správně užívat?

K tomu slouží příbalový leták, kde je uvedeno nejen to, jak konkrétní lék užívat, ale i jaké kontraindikace či vedlejší účinky mohou nastat. Vedlejší účinky způsobené konkrétním lékem může na SÚKL nahlásit jak lékař, tak i pacient. Tato hlášení se pravidelně vyhodnocují a je na ně promptně reagováno. Veškeré informace o lécích je možné zjistit i na webových stránkách SÚKL www.sukl.cz nebo www.olecich.cz. Stačí zadat název léku a dozvíte se veškeré informace včetně ceny.

Jak se vyvarovat kontraindikací?

Jednoduše – při nákupu volně prodejných léčiv nosit do lékárny seznam současně užívaných léků a doplňků stravy. Dotazy k lékařům bychom si měli psát na lísteček - v rychlosti pak na ně většinou zapomínáme. Nebojme se ptát, lékaři i lékárníci tam jsou pro nás a zodpovědnost za svoje zdraví máme každý sám. Léky bychom měli nakupovat s rozmyslem, např. na akutní nemoc není třeba pořizovat velké balení. Tím, že snížíme nákup nepotřebných léků, ušetříme si spoustu peněz (průměrná česká domácnost má doma 12 léků).

Paní Mgr. Storová i její kolegyně byly velice milé a příjemné a jejich přednáška tak zajímavá, že jsme poslouchaly a vůbec nevyrušovaly. Patří jim za to náš velký dík. Lída Němejcová