

## Primer seznama zdravil.

Ime zdravila	Kakšen odmerek	Kdaj vzamem	Pričetek jemanja
Amlopin	5 mg	ob 8. uri	1.1.2009
Atoris	20mg	ob 19. uri	2.5.2009
Aglurab	850mg	med ali po zajtrku in večerji	7.6.2009
Naklofen duo	75 mg	ob bolečini	1.1.2009
Amoksiklav	1000 mg	zjutraj in zvečer	20.–30.11.2009

V seznam vpišite vsa zdravila, ki ste jih dobili v lekarni, vključno s tistimi, ki ste jih kupili brez recepta. Vpišite tudi zdravila in prehranska dopolnila naravnega izvora. Seznam svojih zdravil označite s svojim imenom in imenom vašega izbranega zdravnika z njegovo telefonsko številko in naslovom.

## Preprečevanje neželenega medsebojnega delovanja zdravil

Najzanesljivejši način zmanjšanja neželenega medsebojnega delovanja zdravil je zmanjšanje števila zdravil. Seveda pa sami ne smemo opustiti jemanja zdravil, ampak le skupaj z izbranim zdravnikom. Izbrani zdravnik naj naredi previdno izbiro zdravil, ki jih res potrebujemo.

Če imamo predpisanih veliko zdravil in nam izbrani zdravnik števila zdravil ne more zmanjšati oziroma njihova zamenjava za manj nevarna zdravila ni možna, nas mora skrbno spremljati zaradi možnih neželenih učinkov zdravil. Pri tem mu lahko sami veliko pomagamo, zlasti če ga pravočasno opo-

zorimo na spremembo zdravja, predvsem če naše zdravje poslabša po spremembi zdravljenja z zdravili. Zato moramo prebrati in dobro poznati opozorila glede zdravil, ki jih jemljemo.

Podatke o zdravilih lahko najdemo tudi na spletnih straneh, vendar moramo biti pri tem previdni, ker lahko najdemo tudi napačne podatke o zdravilu.

**Na delovanje zdravil vplivajo tudi zdravila, ki jih lahko kupimo brez recepta ter rastlinski in mineralni pripravki.**

**Preprečevanje medsebojnega delovanja zdravil je neprekinjen proces in stalna naloga za bolnika in zdravnika.**

### Vprašanja, ki jih postavimo zdravniku:

- kako je ime novemu zdravilu;
- zakaj sem dobil novo zdravilo;
- kako deluje zdravilo;
- kako in koliko časa moram jemati zdravilo;
- kako bom vedel, da zdravilo deluje;
- ali lahko jemljem novo zdravilo hkrati z že predpisanimi zdravili;
- ali lahko novo zdravilo jemljem hkrati z rastlinskimi pripravki, minerali in vitamini, ki jih že jemljem;
- česa ne smem delati, jesti, piti ob jemanju novega zdravila;
- kako moram zdravilo shraniti;
- kakšni so neželeni učinki zdravila;
- kaj moram narediti ob pojavu neželenih učinkov;
- ali bom moral učinke zdravila spremljati z laboratorijskimi preiskavami in pregledi;
- kje lahko izvem več o zdravilu.

## Pogostejše in pomembne skupine zdravil, ki lahko medsebojno delujejo in povzročijo neželene učinke zdravil.

Zdravilo	Zdravilo	Neželen učinek
nesteroidni antirevmatik	acetilsalicilna kislina	krvavitve v prebavno cev
varfarin	nesteroidni antirevmatik, paracetamol, acetilsalicilna kislina, antimikotik ali antibiotik	krvavitev
zaviralec adrenergičnih receptorjev beta	zaviralec kalcijevih kanalčkov	počasen srčni utrip
digoksin	zaviralec adrenergičnih receptorjev beta, zaviralec kalcijevih kanalčkov ali amiodaron	počasen srčni utrip
zaviralec angiotenzinske konvertaze ali sartan	spironolakton ali kalij	povišana raven kalija in motnje srčnega utripa
peroralni antidiabetiki	peroralni antidiabetiki ali insulin	znižan krvni sladkor
statin	zaviralec kalcijevih kanalčkov	bolečine v mišicah, oslabelost
benzodiazepin	opioidni analgetik	zaspanost, nezavest
SSRI antidepresiv	tramadol	krči in povišana telesna temperatura, krvni tlak in pulz
oralni kontraceptiv	antibiotik	nevarnost zanositve

*Opozorilo: V tabeli so naštet le nekatere skupine zdravil, ki lahko zaradi medsebojnega delovanja zdravil povzročijo neželene učinke zdravil.*

**Premišljeno z zdravili.**

Za vaše zdravje gre.

## neželeno medsebojno delovanje zdravil



Izdal in založil: Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije, Miklošičeva cesta 24, Ljubljana v sodelovanju s Centrom za zastrupitve pri Univerzitetnem kliničnem centru Ljubljana. Oblikovanje: Rogač RMV, d. o. o., tisk: Tiskarna Skušek d. o. o., fotografija: iStockPhoto.com Ljubljana, julij 2017

**ZZZS**

Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije

www.zzzs.si



# Kaj je medsebojno delovanje zdravil?

Zdravila imajo pričakovane in želene učinke in na žalost tudi neželene učinke, ki so lahko posledica delovanja enega zdravila ali medsebojnega delovanja dveh ali več zdravil. Medsebojno delovanje zdravil pomeni, da eno zdravilo spremeni učinek drugega zdravila, ki lahko postane škodljivo zaradi povečanja učinkov in strupenosti zdravila ali zmanjšanja učinkov zdravila in s tem poslabšanja bolezni zaradi neučinkovitega zdravljenja.

# Kako pogosto je medsebojno delovanje zdravil?

Opisanih je več kot 5.000 medsebojnih delovanj zdravil, vendar je na srečo le nekaj zares pomembnih in še ta se pokažejo le pri posameznih bolnikih, ki jemljejo nevarne pare zdravil. Zavedati pa se moramo, da več zdravil kot jemljemo, večja je verjetnost pojava neželenih učinkov zdravil.

Neželeni učinki zaradi medsebojnega delovanja zdravil ogrožajo zato predvsem starejše bolnike, ki imajo običajno več bolezni in predpisanih več zdravil. Poleg tega imajo starejši tudi pogostejše okvarjeno delovanje ledvic in jeter. Starejši bolniki se morajo zato vedno vprašati in na to opozoriti izbranega zdravnika, ali res potrebujejo toliko zdravil.

Zdravniki in farmacevti v lekarnah lahko neželene medsebojno delovanje zdravil predvidijo in preprečijo. Pri tem si lahko pomagajo s priročniki o zdravilih in posebnimi računalniškimi programi in tako zmanjšajo število neželenih učinkov zdravil. Seveda pa moramo za to znati navesti, katera zdravila jemljemo, zato si pomagajmo tudi z lastnim seznamom zdravil. Imena zdravil lahko na seznam prepisemo s škatlic zdravil.



# Kakšni so znaki medsebojnega delovanja zdravil?

Neželeno medsebojno delovanje zdravil se lahko pokaže takoj ali zelo kasno po pričetku jemanja zdravil, in sicer s poslabšanjem naše bolezni ali s pojavom novih težav in znakov, kot so prebavne težave, okvara ledvic in jeter, spremenjena raven elektrolitov, zvišan ali znižan krvni tlak, motnje srčnega utripa, izpuščaji, motnje razpoloženja in zavesti itd.

Medsebojno delovanje zdravil lahko povzroči zmanjšan zdravilni učinek, neželene učinke in celo smrt.

# Kdaj pomislimo na neželene medsebojno delovanje zdravil?



Po pričetku jemanja novega zdravila ali po spremembi odmerka zdravila se opazujemo in v primeru novih težav ali ob poslabšanju starih o tem obvestimo zdravnika.

Ob poslabšanju našega zdravstvenega stanja mora zdravnik po izključitvi nove bolezni ali poslabšanja že znane kronične bolezni vedno pomisliti tudi na neželene učinke zdravil, na kar ga lahko tudi spomnimo.



# Kaj lahko sami storimo za zmanjšanje verjetnosti neželenega medsebojnega delovanja zdravil?

- poznamo imena svojih zdravil in imamo seznam z imeni in odmerki zdravil vedno s seboj, občasno se o zdravilih na seznamu pogovorimo z zdravnikom;
- zdravniku vedno povemo za vsa zdravila, ki jih jemljemo, tudi za tista, ki so jih predpisali drugi zdravniki;
- pred pričetkom jemanja novih zdravil se posvetujemo z zdravnikom in preberemo navodila za uporabo;
- poučimo se o namenu jemanja novih zdravil in njihovem delovanju;
- poučimo se o možnih neželenih učinkih zdravil;
- zdravila moramo znati pravilno jemati, predvsem kdaj jim moramo vzeti in če jih lahko vzamemo hkrati z drugimi zdravili;
- o zdravilih, ki smo jih kupili brez recepta v lekarni, se pogovorimo s farmacevtom v lekarni in ob obisku izbranega zdravnika tudi z njim, predvsem glede vpliva na našo bolezen in druga zdravila;
- zdravniku ali farmacevtu povemo za naše težave, ki bi lahko bile povezane z zdravilom.