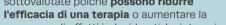
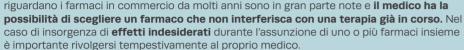
Interazione tra farmaci





comparsa di effetti indesiderati. Le interazioni che



Regole da ricordare per evitare i rischi associati alle interazioni tra farmaci



- Evitare di assumere farmaci di propria iniziativa che non siano strettamente necessari, soprattutto se si sta già seguendo una cura.
- Consultare il medico sulle possibili interazioni dei farmaci prescritti (in particolare nel caso di soggetti anziani) e informare sempre il medico sui farmaci che si stanno già assumendo al momento di una nuova prescrizione.



- Chiedere informazioni al farmacista sulle interazioni al momento dell'acquisto di farmaci da banco.
- Leggere il foglietto illustrativo alla voce "interazioni" e, in caso di incertezze, evitare di prendere decisioni senza consultare il medico o il farmacista.
- Riferire al medico l'eventuale insorgenza di effetti indesiderati in seguito all'assunzione di un nuovo farmaco in aggiunta alla terapia in corso.



I farmaci possono interagire con **gli alimenti** o con i prodotti assunti per integrare la dieta, i cosiddetti "integratori dietetici".

Le interazioni sono numerose e in alcuni casi tali da interferire con la cura in atto o essere dannose. Risulta, inoltre, fondamentale conoscere la corretta assunzione di un farmaco in relazione ai pasti.

Il cibo presente nello stomaco, infatti, può favorire o sfavorire l'assorbimento dei medicinali, influenzando l'efficacia della terapia.



Interazioni tra farmaci e alimenti più comuni

Latte e latticini, integratori contenenti calcio:

possono diminuire l'assorbimento di alcuni antibiotici, provocando una riduzione dell'efficacia.

gli integratori dietetici a base di fibre possono diminuire l'efficacia dei farmaci per l'epilessia.

Succo di pompelmo:

questa bevanda può modificare il metabolismo intestinale ed epatico di molti farmaci quali, per esempio, alcuni di quelli assunti per abbassare il colesterolo, alcuni antipertensivi, antiaritmici e ansiolitici. Bere succo di pompelmo mentre si assumono questi farmaci potrebbe causare un aumento degli effetti della terapia, inclusi gli effetti collaterali.

Sostituti del sale comune:

a causa del loro contenuto in potassio, possono interagire con alcuni farmaci utilizzati per il trattamento dell'ipertensione arteriosa e dei disturbi cardiaci.

Alcool:

può interagire con molti farmaci, soprattutto nella fase del loro metabolismo a livello epatico. Tra questi vi sono alcuni farmaci che agiscono direttamente sul sistema nervoso centrale, alcuni antibiotici e farmaci per le allergie. È necessario ricordare che l'interazione tra alcool e farmaci è imprevedibile e, a volte, pericolosa, e che l'alcool è in grado di potenziare la sonnolenza e l'effetto sedativo tipico di molti farmaci.

Caffè, tè, cacao e coca cola:

è meglio limitarne l'uso nel corso di assunzione di farmaci per l'ipertensione arteriosa e per il cuore (antiaritmici) ma anche con i farmaci ansiolitici o per dormire.

Cibi ricchi di vitamina K:

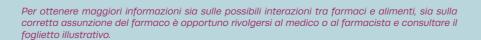
alimenti, quali broccoli, cavoletti di Bruxelles, spinaci e cavolo riccio, causano una diminuzione dell'attività di alcuni anticoagulanti.

Cibi ricchi di tiramina:

alimenti come formaggi, yogurt, salumi, fegato, pesche, avocado, banana, estratto di lievito, uva, salsa di soia, fave, vino rosso, alcune birre e prodotti contenenti caffeina, possono interagire con alcuni farmaci antidepressivi.

Integratori alimentari:

integratori come erbe medicinali e prodotti contenenti vitamine, minerali e aminoacidi, possono interagire con i farmaci. È importante comunicare al medico o al farmacista se si fa uso di questi supplementi dietetici.







Vademecum per un corretto uso dei farmaci



I farmaci vanno assunti solo in caso di necessità.

Per farlo in sicurezza e garantirci una conseguente condizione di salute e benessere occorre

sapere che cosa sono, come funzionano e quando vanno presi.



Cosa sono

Un farmaço è una qualsiasi sostanza

che cura una malattia, la previene
(come nel caso dei vaccini) oppure aiuta a diagnosticarla
(cioè a scoprire di quale malattia si tratta,
come nel caso dei mezzi di contrasto delle radiografie).
Un farmaco, in pratica, è una sostanza che quando
viene introdotta nel nostro organismo, o in un
organismo vivente in genere, determina una o più
variazioni nelle sue funzioni che vanno nella direzione
della cura, della prevenzione o della diagnosi.

Le conseguenze della corretta assunzione di un farmaco, dette **variazioni funzionali**, comprendono un ampio spettro di azioni, dall'abbassamento della febbre, all'eliminazione di un batterio, alla cura di un tumore.

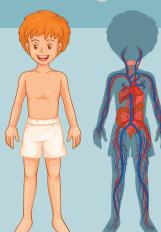




In ogni farmaco ci sono due componenti: il principio attivo e gli eccipienti.

Il principio attivo è l'ingrediente fondamentale del farmaco ed è una molecola che svolge un'azione curativa o di prevenzione.

Gli eccipienti, invece, sono sostanze inerti, senza alcuna capacità di svolgere un'azione nel nostro organismo, ma servono a contenere oppure a indirizzare il principio attivo verso la sua sede d'azione, o a rendere più gradevole l'aspetto o il sapore del medicinale.



Il farmaco nel corpo umano

Un farmaco può essere assunto per vie diverse senza che ne siano influenzati gli effetti.

Una volta immesso **nell'organismo esso viene metabolizzato** a livello del **fegato** e distribuito nell'organismo attraverso il **sangue** raggiungendo il tessuto bersaglio dell'azione terapeutica.

Il farmaco è **comunque un corpo estraneo** rispetto al nostro organismo e una volta terminata la sua azione curativa, attraverso un complesso processo metabolico, viene espulso.

Come si riconosce che è un farmaco?

Dal foglietto illustrativo!

La differenza principale tra un farmaco ed altri prodotti quali, ad esempio, integratori alimentari, cosmetici e prodotti a base di erbe (questi ultimi, a meno che non siano classificati come "medicinali fitoterapici"), è che un farmaco possiede un'indicazione terapeutica ben definita che viene descritta nel foglietto illustrativo. Il foglietto illustrativo è presente in ogni confezione del farmaco e rappresenta una preziosa guida al suo uso. Ha un valore "legale" e contiene tutte le informazioni relative alla sua composizione, alle patologie per le quali è indicato, alle modalità di somministrazione e di conservazione, ai rischi che potrebbero verificarsi in caso, ad esempio, di sovradosaggio o di interazione con altri farmaci che si stanno assumendo.

INDICAZIONI TERAPEUTICHE: a cosa serve

CONTROINDICAZIONI: chi non lo deve prendere

PRECAUZIONI D'USO: chi può prenderlo ma con attenzione

AVVERTENZE SPECIALI: consigli di utilizzo in casi particolari

POSOLOGIA: quanto assumerne e per quanto tempo

EFFETTI INDESIDERATI: detti anche "reazioni avverse", si tratta di effetti spiacevoli che il farmaco potrebbe causare

INTERAZIONI: con quali farmaci può interagire

SOVRADOSAGGIO: cosa fare in caso di assunzione di una dose troppo forte

IL NUMERO DI AIC (Autorizzazione all'Immissione in Commercio):

l'AIC è il risultato del lungo processo di registrazione di un farmaco, durante il quale l'azienda farmaceutica ha dimostrato sperimentalmente che il farmaco possiede tre caratteristiche essenziali: qualità, efficacia e sicurezza.



Vademecum Le regole per un corretto uso





Ecco alcune regole da osservare per un uso appropriato e sicuro dei farmaci.



Assumere una medicina solo se si ha un'effettiva necessità e solo su consiglio del medico.



Se si riscontrano degli effetti collaterali, ricordarsi di prenderne nota e riferirli immediatamente al proprio medico curante.



Ricordare sempre al proprio medico quale terapia si sta seguendo e se si prendono integratori, vitamine, prodotti fitoterapici o naturali.

Anche i farmaci da banco vanno inclusi nella lista.



Se si viene visitati da diversi specialisti è bene mostrare le confezioni delle differenti medicine che si stanno assumendo, in modo che il medico possa prescrivere la terapia più appropriata senza che le medicine interagiscano tra loro.



Se si necessita di un farmaco per curare una patologia diversa da quella per cui si è in cura, ricordarsi di chiedere al medico se esiste una medicina che può curarle entrambe (ad esempio alcuni farmaci per il controllo della pressione arteriosa sono degli ottimi rimedi per le forme di emicrania).



Informarsi sui farmaci che si stanno assumendo. Per qualsiasi dubbio non esitare a rivolgersi al proprio medico curante o al proprio farmacista e leggere sempre il foglio illustrativo (o farselo leggere).



Seguire le istruzioni del medico ed essere sicuri di aver capito come assumere le medicine: con quale modalità, frequenza e orario.

Assumere sempre le medicine prescritte dal medico.

Discutere con il medico quale forma farmaceutica possa essere la più appropriata alle proprie abitudini (liquida o solida).



Prendere le compresse o le pastiglie con molta acqua per favorire l'ingestione.

Rivedere regolarmente la terapia e, una volta terminata la cura, riferire al medico gli eventuali miglioramenti o se non ci sono stati gli effetti sperati.