

«Все о лекарствах».

- Что такое лекарства? Как правильно принимать лекарства? /Рациональное применение, хранение и безопасная утилизация лекарственных средств в домашних условиях.

ЛЕКАРСТВЕННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

2025 год



Лекарственное средство (лекарство) - это препарат, предназначенный для профилактики, диагностики и лечения заболеваний, а также для воздействия на функции организма.

Каждый человек, принимая лекарство сам или давая его ребенку, должен осознавать: любое лекарство, помимо пользы, может вызывать побочные эффекты и осложнения. Поэтому принимать следует только те препараты, которые действительно необходимы.

При легких недомоганиях, таких как простуда, решение о приеме лекарств человек может принять самостоятельно, проконсультировавшись с фармацевтом. Однако при серьезных заболеваниях — например, гипертонии, сахарном диабете или астме — лекарства должен назначать исключительно врач.

Важно понимать: не существует абсолютно безопасных лекарств. Любое вещество, независимо от способа применения (перорально, назально, через кожу, глазную сетчатку, ректально, вагинально и т. д.), может представлять определенный риск для организма.

Что значит правильно принимать лекарство?

Это значит — строго соблюдать рекомендации, указанные в инструкции: дозировку, способ, время и продолжительность применения. Только в этом случае можно добиться желаемого эффекта и минимизировать возможный вред.

Эти рекомендации также обязательно дает врач при назначении лекарственных препаратов. Несоблюдение указаний может привести к снижению эффективности лечения или даже к негативным последствиям для здоровья. При приеме лекарств важно учитывать следующие аспекты:

- Кратность приема;
- Связь приема лекарства с приемом пищи;
- Совместимость лекарств;
- Возможность «дробных» дозировок;
- Жидкость для запивания;
- Способ употребления

Кратность приема

Лекарства следует принимать строго с соблюдением интервалов между приемами. Если врач назначил прием препарата:

2 раза в день — интервал между приемами должен составлять **12 часов**,

3 раза в день — каждые **8 часов**,

4 раза в день — каждые **6 часов**.

Это означает, что приемы лекарств должны быть **равномерно распределены в течение суток**, а не только в период бодрствования.

Такой режим особенно важен при приеме **антибиотиков**, поскольку несоблюдение интервалов может снизить их эффективность и привести к развитию устойчивости бактерий к лечению.

Способы употребления

Некоторые таблетки можно принимать независимо от времени приема пищи—это очень удобно. Но, к сожалению, таких лекарств не так уж много. Лекарство, назначенное «до еды», должно быть выпито натощак или, по крайней мере, через 2 часа после предыдущего приема пищи.

Желудок должен быть свободен от пищи и от желудочного сока, т.к. в кислой среде эти лекарства просто разрушаются. Принять лекарство «во время еды» - просто и понятно. «После еды» назначаются таблетки, нормализующие пищеварение или раздражающие слизистую оболочку желудка. Кстати, «едой» считается даже небольшое количество пищи (яблоко, банан, стакан компота), а не обязательно полноценный обед, завтрак или ужин.



Совместимость лекарств.

Если вам назначили сразу несколько препаратов, важно уточнить у врача, допустим ли их одновременный прием или необходимо соблюдать интервалы между ними. Поскольку взаимодействие всех лекарств между собой изучено не полностью, нельзя принимать их «горстью», если врач не дал такого указания. В случае запрета на одновременный прием следует выдерживать интервал не менее 30 минут между разными препаратами.

Возможность «дробных» дозировок.

Иногда выгоднее приобрести таблетки с более высокой дозировкой и делить их на 2 или 4 части, чтобы сэкономить. Однако делать это можно не со всеми препаратами. Таблетки, покрытые оболочкой, дробить нельзя — это нарушит их действие. Если на таблетке есть разделительная полоска, её можно делить, так как производитель предусмотрел такую возможность. А вот если делительной полоски нет, то разламывать такую таблетку не рекомендуется — в этом случае невозможно быть уверенным, что каждая часть будет содержать нужную дозу препарата.

Жидкость для записывания

В большинстве случаев таблетки следует записывать только кипяченой водой комнатной температуры. Использование чая, кофе или сока недопустимо, так как они могут повлиять на действие препарата.

В отдельных случаях требуется записывать лекарство щелочной минеральной водой, молоком или кислыми напитками — но такие



ситуации являются исключением и всегда указаны в инструкции по применению.

Способы употребления

Некоторые препараты предназначены для разжевывания — они так и называются «жевательные таблетки». Есть и такие, которые нужно медленно рассасывать во рту. В то же время даже необходимо глотать целиком, не разжевывая и не повреждая оболочку. Соблюдение этих рекомендаций крайне важно: если нарушить способ приёма, лекарство может подействовать позже или вовсе не дать ожидаемого эффекта.

Рациональное применение, хранение и безопасная утилизация лекарственных средств в домашних условиях.

Рациональное использование лекарственных средств (РИЛС) направлено на обеспечение эффективности и безопасности лечения. Оно предполагает, что препараты назначаются и применяются только при наличии медицинских показаний, а пациенты осведомлены о целях приема и правильном способе использования. Важно отметить, что рациональный подход включает не только прием лекарств, но и соблюдение правил их хранения. Ведь нарушение условий хранения может снизить эффективность препарата или даже сделать его опасным для здоровья.

В чем хранить лекарства. Для хранения лекарств лучше всего использовать специальные пластиковые или металлические контейнеры. Особенно удобны заводские аптечки в виде кейса, ящика или сумки — они имеют несколько отделений, что позволяет удобно рассортировать препараты и принадлежности. Такой контейнер легко разместить рядом с собой или у постели больного при необходимости. Допустимо также хранение в чистой картонной коробке, главное — чтобы она была достаточно просторной и удобной в использовании. Лекарства обязательно нужно хранить в индивидуальных заводских упаковках вместе с инструкцией. Все препараты должны иметь этикетки с указанием названия и срока годности. Флаконы следует держать плотно закрытыми, так как при контакте с воздухом некоторые вещества могут испаряться, вступать в реакцию с кислородом или поглощать посторонние запахи.

Как хранить лекарства. Прежде всего, после покупки лекарственного средства следует обратить внимание на условия его хранения. Эти данные обычно указываются в инструкции по применению препарата и на внешней упаковке. Понятно, если при этом в инструкции будут указаны пределы температурного режима и особенностей хранения. Однако на большинстве препаратов указывается: «Хранить при комнатной температуре», «Хранить в прохладном, защищенном от света месте», «Хранить в сухом, защищенном от света месте» и др.

Знайте, что:

.. если в инструкции по применению рекомендуется хранение при комнатной температуре или не указана температура, то это означает, что хранить препарат следует при температуре от +15° до +25°C;

.. если рекомендуется хранение в прохладном месте, то это означает, что хранить препарат следует при температуре от +8 до +15°C;

.. хранение в темном месте означает, что необходимо хранить лекарственное средство, в защищенном от солнечного света месте;

.. хранение в сухом месте означает, что необходимо хранить лекарственное средство в помещении с относительной влажностью воздуха не более 60 процентов.

Например:

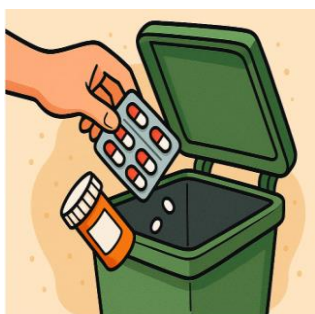
На этикетке лекарства написано: «Хранить в прохладном, защищенном от света месте». Это значит, что его нужно хранить при температуре не выше 15°C, т. е. в холодильнике. Туда же следует положить и те препараты, которые рекомендуют хранить при температуре не выше 5 градусов.

ВНИМАНИЕ! Очень важно:

не хранить лекарства с нарушенной или поврежденной первичной упаковкой. Например, зачастую хранят половину таблетки, свечи или ампулы с препаратом, такие препараты лучше не употреблять;

не хранить и, тем более, не употреблять лекарства с истекшим сроком годности;

регулярно проверять содержимое домашней аптечки, просматривать состояние и сроки годности лекарств. Без сожаления удаляйте просроченные, намокшие или поврежденные лекарства, поскольку в нужную минуту Вы можете не обратить на это внимание.



Утилизация лекарств в домашних условиях должна проводиться с соблюдением мер безопасности для предотвращения отравления людей и животных, а также для защиты окружающей среды. Нельзя просто выбрасывать просроченные лекарства в мусорное ведро, так как они могут представлять опасность для тех, кто роется в мусоре.

Рекомендации по утилизации лекарств в домашних условиях:

1. Нельзя выбрасывать лекарства в унитаз или канализацию, так как это может загрязнить воду.
2. Нельзя выбрасывать лекарства в мусорное ведро в оригинальной упаковке, так как это может привлечь внимание людей или животных.
3. Перед утилизацией лекарства необходимо извлечь из блистеров, упаковок и измельчить: (если это возможно).
4. Смешайте измельченные лекарства с несъедобными отходами, такими как кофейная гуща, наполнитель для кошачьего туалета или старая земля, чтобы сделать их непривлекательными для животных и людей.
5. Поместите смесь в герметичный пакет или контейнер: и плотно закройте его.
6. Выбросьте контейнер с лекарствами в мусорное ведро.
7. Зачеркните личную информацию на упаковке: и выбросьте ее отдельно.
8. Если у вас есть использованные шприцы и иглы, не выбрасывайте **их в мусорное ведро**. Соберите их в специальный контейнер из плотного пластика с крышкой.
9. **Если в вашем городе есть специальные пункты приема просроченных лекарств, лучше всего сдать их туда.**