



Terapia farmacologica

Check-list

Informazioni generali

- Prima di assumere un medicamento leggete attentamente il foglietto informativo e conservatelo sino al termine del trattamento. In caso di insorgenza di effetti secondari potrete quindi consultarlo e verificarne l'eventuale descrizione.
 - Informate il vostro medico in merito all'assunzione di altri farmaci, anche se acquistati senza prescrizione come gli analgesici o i rimedi omeopatici. In tal modo potrà determinare se sussiste il rischio di possibili interazioni medicamentose.
 - Chiedete al vostro medico se potete sostituire il farmaco prescritto con un generico. I generici contengono i medesimi principi attivi dei preparati originali corrispondenti e vi consentono di realizzare interessanti economie sull'aliquota.
 - Per ogni nuovo medicamento, fatevi dapprima prescrivere una piccola confezione. Potrete procurarne una più grande se l'efficacia del farmaco è confermata e lo tollerate senza complicazioni.
 - Osservate scrupolosamente la posologia (dosaggio e intervallo di somministrazione) indicata dal medico: evitate di aumentare o diminuire le dosi di vostra iniziativa.
 - Prestate attenzione alle indicazioni del foglietto informativo riguardanti la limitazione dell'efficacia del farmaco (interazione tra pillola contraccettiva e penicillina, tra i medicinali antipertensivi e il succo di pompelmo, ecc.).
 - Consultate immediatamente il vostro medico qualora, malgrado il trattamento, la situazione non dovesse migliorare o addirittura peggiorare oppure in caso di insorgenza di sintomi supplementari.
 - Conservate i vostri medicinali osservando le indicazioni del foglietto informativo.
 - Per ogni nuova prescrizione chiedete al vostro medico se potete eventualmente interrompere l'assunzione di un altro farmaco.
-

Assunzione di medicinali

- Se soffrite di disturbi motori (ad esempio irrigidimento o tremolio delle dita) o se determinate modalità di somministrazione del medicamento sono problematiche (ad esempio gocce), chiedete al vostro medico di prescrivere un'altra forma galenica. Spesso il medesimo farmaco è disponibile in forme diverse.
- Se avete problemi di deglutizione, informate il vostro medico affinché, se possibile, possa prescrivervi il farmaco sotto forma di gocce o di sospensione.
- Prima di assumerli, agitate con delicatezza i farmaci liquidi affinché gli elementi ivi contenuti siano ripartiti omogeneamente.
- Evitate di frantumare le compresse e di aprire le capsule poiché rischiereste di alterare l'efficacia dei farmaci. Le compresse divisibili presentano un apposito solco di divisione.
- Non assumete compresse, capsule o pillole in posizione coricata e assicuratevi di prendere i farmaci con una quantità sufficiente di acqua allo scopo di evitare che rimangano bloccati nell'esofago.
- Nel limite del possibile, assumete i vostri medicinali con dell'acqua piuttosto che con succhi di frutta, caffè, tè o latte.

Assunzione di medicinali: momento opportuno e durata del trattamento

- I medicinali suscettibili di provocare problemi di stomaco (ad esempio analgesici) dovrebbero idealmente essere assunti durante i pasti, poiché meglio tollerati.
- Per determinati farmaci è importante osservare l'intervallo di somministrazione (ad esempio ogni 6 o 12 ore).
- Al fine di garantire un effetto ottimale, l'assunzione della maggior parte dei medicinali deve avvenire in un momento preciso.
- Di principio l'efficacia dei medicinali aumenta se vengono assunti a stomaco vuoto.
- Se vomitate un medicinale entro circa venti minuti dalla sua assunzione, con ogni probabilità non avrà avuto modo di esplicare appieno i propri effetti. In tal caso dovrete contattare il vostro medico e chiedergli se dovete riprendere il farmaco.
- L'assunzione di alcuni medicinali (ad esempio gli antibiotici) deve essere scrupolosamente rispettata per una durata definita e non deve in alcun caso essere interrotta, neppure in caso di miglioramento dei sintomi (sussiste il rischio di sviluppare una resistenza al farmaco).

Interazioni con determinati alimenti

- Diuretici e liquirizia**
Se prendete dei diuretici, evitate di consumare della liquirizia poiché l'interazione potrebbe causare debolezza muscolare, sonnolenza, diminuzione dei riflessi e ipertensione.
- Antiasmatici e pepe nero o alimenti contenenti tannini (ad esempio tè nero, tè verde, noci, lamponi)**
Il consumo di pepe nero o alimenti che contengono tannini frena la degradazione della teofillina, un principio attivo presente in determinati antiasmatici e potrebbe pertanto causare un sovradosaggio.
- Antibiotici e caffeina**
Alcuni antibiotici possono ostacolare la degradazione della caffeina e provocare palpitazioni, eccitazione o disturbi del sonno. Se seguite una terapia a base di antibiotici evitate pertanto di bere caffè, tè o bevande con cola.
- Antipertensivi, analgesici, sonniferi, antistaminici e succo di pompelmo o arance amare**
I pompelmi e le arance amare contengono sostanze che possono amplificare gli effetti dei gruppi di farmaci summenzionati, provocando drastici cali della pressione sanguigna, palpitazioni o aritmie cardiache.
- Preparati a base di ferro e caffeina**
I farmaci contro l'anemia sono inefficaci se assunti unitamente a caffè o tè. Di conseguenza evitate di consumare tali bevande durante le due ore che precedono o seguono l'assunzione dei medicinali.
- Antibiotici e latticini**
Il calcio contenuto nei latticini riduce l'efficacia di determinate terapie antibiotiche. Dovreste pertanto rinunciare al consumo di prodotti lattiero-caseari durante le due ore che seguono l'assunzione di antibiotici.