



Samoleczenie

Elwira Smoleńska
SKN Zdrowia Publicznego
Warszawa, 2013 r.

Start

Konferencja Ałma-Ata, 1978 r.

Ludzie mają prawo i obowiązek do zbiorowego i indywidualnego uczestniczenia w procesie planowania i realizowania zasad opieki zdrowotnej.

Samoleczenie



self-medication

-samodzielne ordynowanie
leków bez recepty

-samodzielne ordynowanie
leków na receptę

-zmiana sposobu
dawkowania zaleconego
przez lekarza

self-care

(samoopieka)

Aspekty samoleczenia

- Leki bez recepty
- Leki na receptę
- Suplementy diety
- Medycyna niekonwencjonalna
- Unikanie zagrożeń dla zdrowia
- Ćwiczenia fizyczne, dieta
- Zachowanie dobrego zdrowia psychicznego

Samoleczenie-definicja

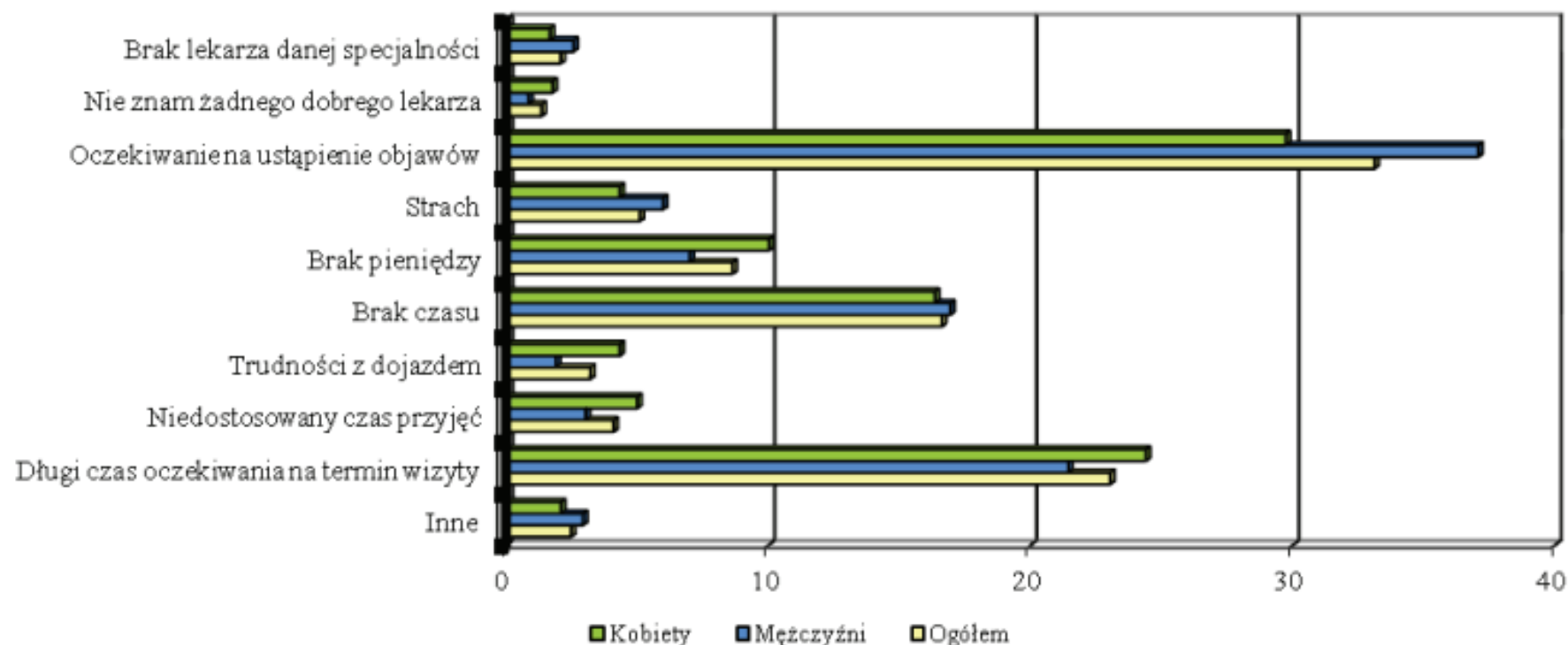
Używanie lekarstw przez konsumenta w leczeniu chorób lub objawów rozpoznanych samodzielnie.

W praktyce określenie to zawiera również leczenie wzajemne przez członków rodzin lub przyjaciół, szczególnie, gdy leczone jest dziecko.

Przyczyny:

- Ekonomiczne (agresywne kampanie reklamowe)
- Demograficzne (starzenie się społeczeństwa)
- Kulturowe (modny zdrowy styl życia)
- Wzrost wiedzy o leczeniu, rynku OTC
- Ograniczony dostęp do lekarzy

Wykres 6. Przyczyny niekorzystania z porad lekarskich mimo istnienia takiej potrzeby w 2010 roku (% ogółu nie korzystających)

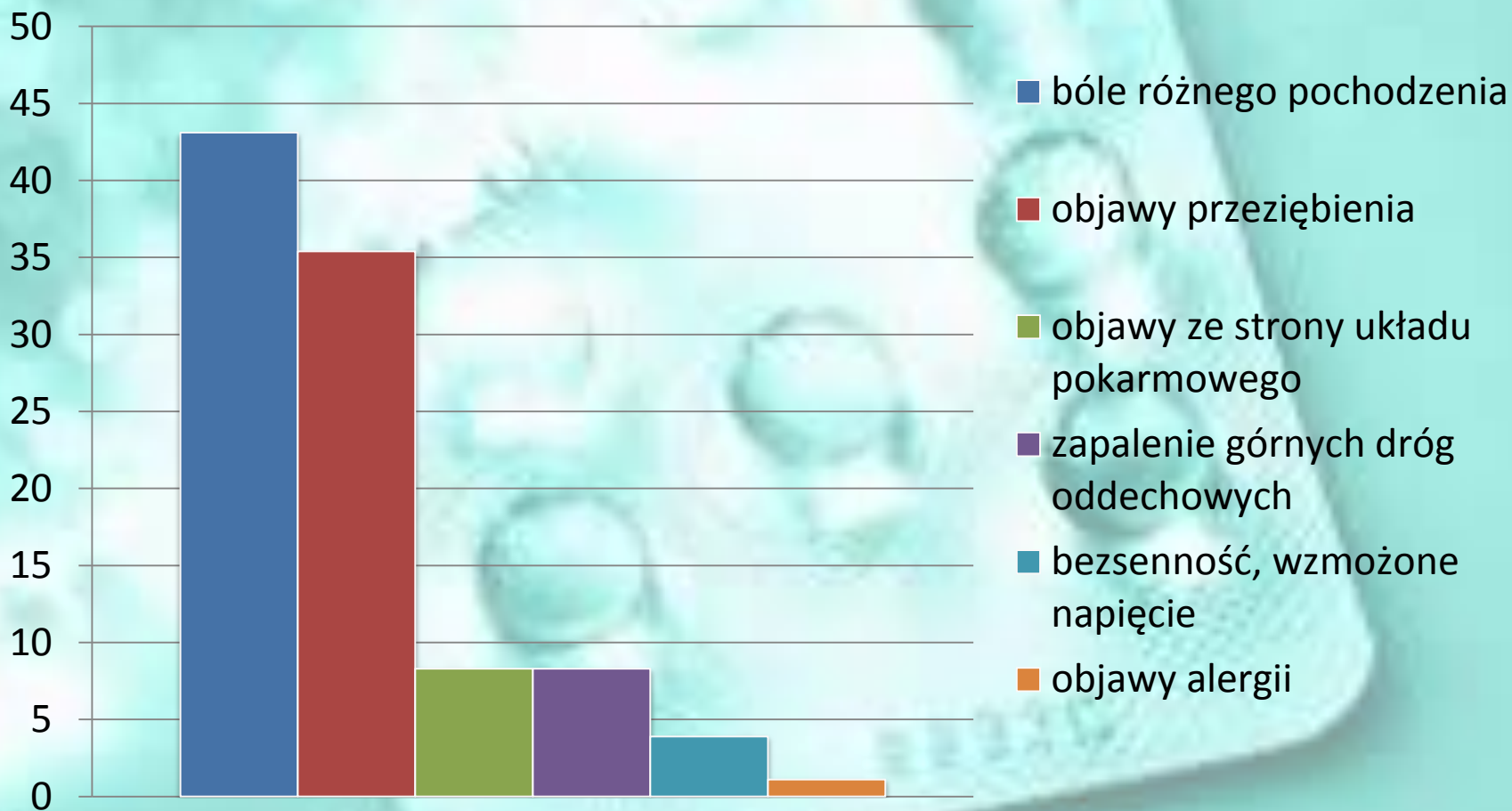


Skala zjawiska - Polska

- 75 % Polaków przyjmuje leki OTC
(OTC- *over-the-counter* – bez recepty)

Rodzaje przyjmowanych leków:

- 65%- leki przeciwbólowe
- 44% - suplementy diety

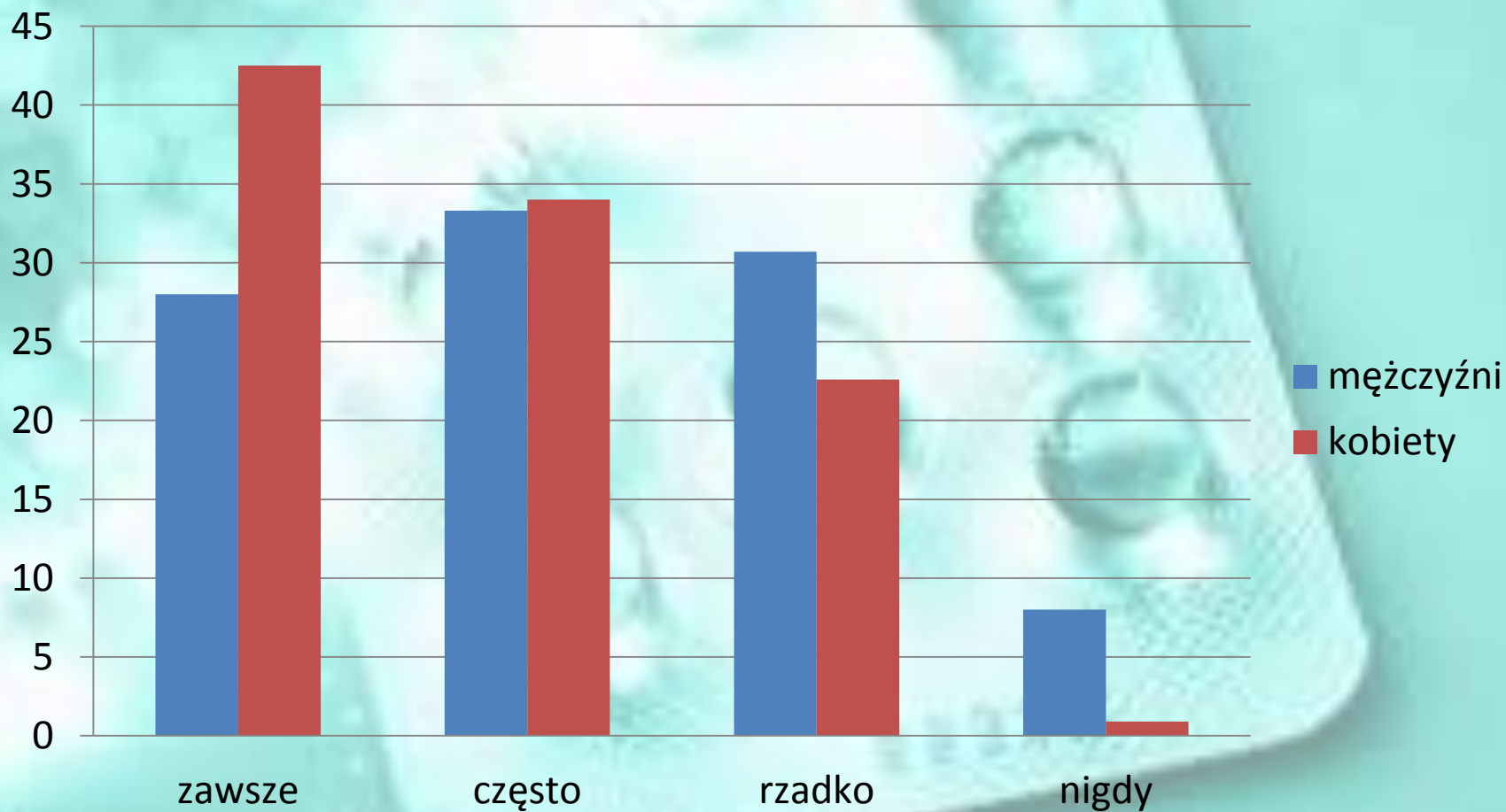


Schorzenia leczone samodzielnie		Wiek				Ogółem
		20-30	31-40	41-50	>50	
bólę różnego pochodzenia	Liczebność	45	9	8	16	78
	% z ogółem	24,9%	5%	4,4%	8,8%	43,1%
objawy przeziębienia	Liczebność	25	17	12	10	64
	% z ogółem	13,8%	9,4%	6,6%	5,5%	35,4%
objawy ze strony przewodu pokarmowego	Liczebność	5	3	1	6	15
	% z ogółem	2,8%	1,7%	0,6%	3,3%	8,3%
zapalenie górnych dróg oddechowych	Liczebność	1	1	3	10	15
	% z ogółem	0,6%	0,6%	1,7%	5,5%	8,3%
Pozostałe (bezsennaść, stany napięcia, alergia)	Liczebność	2	1	1	5	9
	% z ogółem	1,1%	0,6%	0,6%	2,8%	5%
Ogółem	Liczebność	78	31	25	47	181
	% z ogółem	43,1%	17,1%	13,8%	26%	100%

Co skłania Polaków do kupna?

- 83% - wcześniejsze stosowanie leku
- 67% - rada farmaceuty
- 60% - rada lekarza
- 50% - cena leku
- 46% - rada znajomych/krewnych
- 20% - reklama

Postępowanie zgodnie z treścią ulotki



Źródła informacji

- 23% - reklama, gazety
- 18% - farmaceuta
- 17% - lekarz
- 15% - znajomi
- 13% - własne doświadczenie
- 9% - ulotka

Raporty

Pierwsze objawy choroby-postępowanie:

- 31% - domowe sposoby leczenia
- 24% - brak porady lekarskiej

Informacje na temat leków OTC:

- 31% - reklama TV, radio
- 17% - ulotki reklamowe

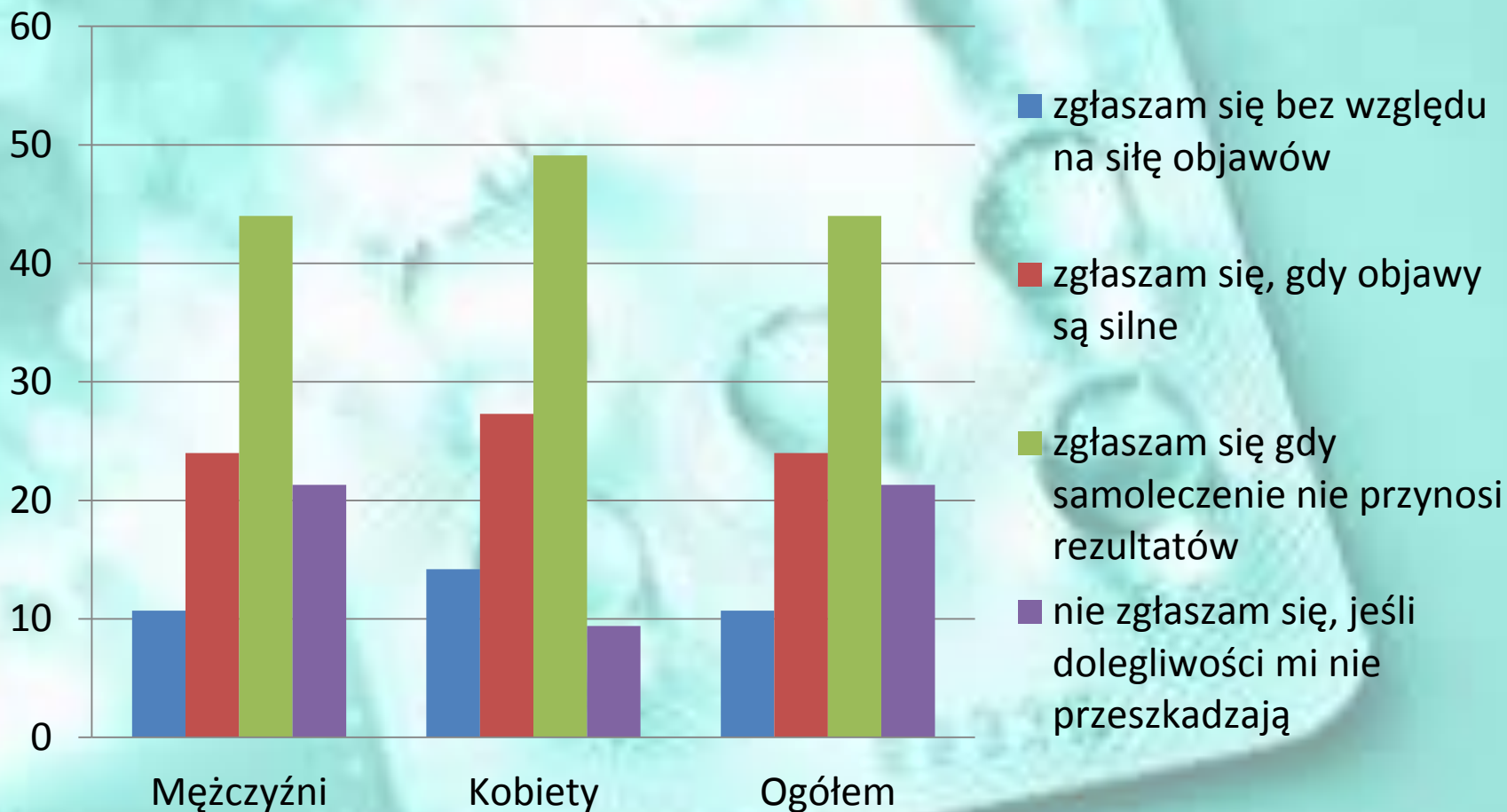
Raporty- cd.

Samoleczenie skutkuje:

- 40% mniej wizyt u lekarza
- 17% mniej wizyt domowych
- 50% mniej interwencji pogotowia ratunkowego

Brytyjski Raport Rządowy

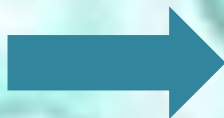
Sposób postępowania w przypadku wystąpienia pierwszych objawów [%]



Rynek OTC-wybrane kraje:

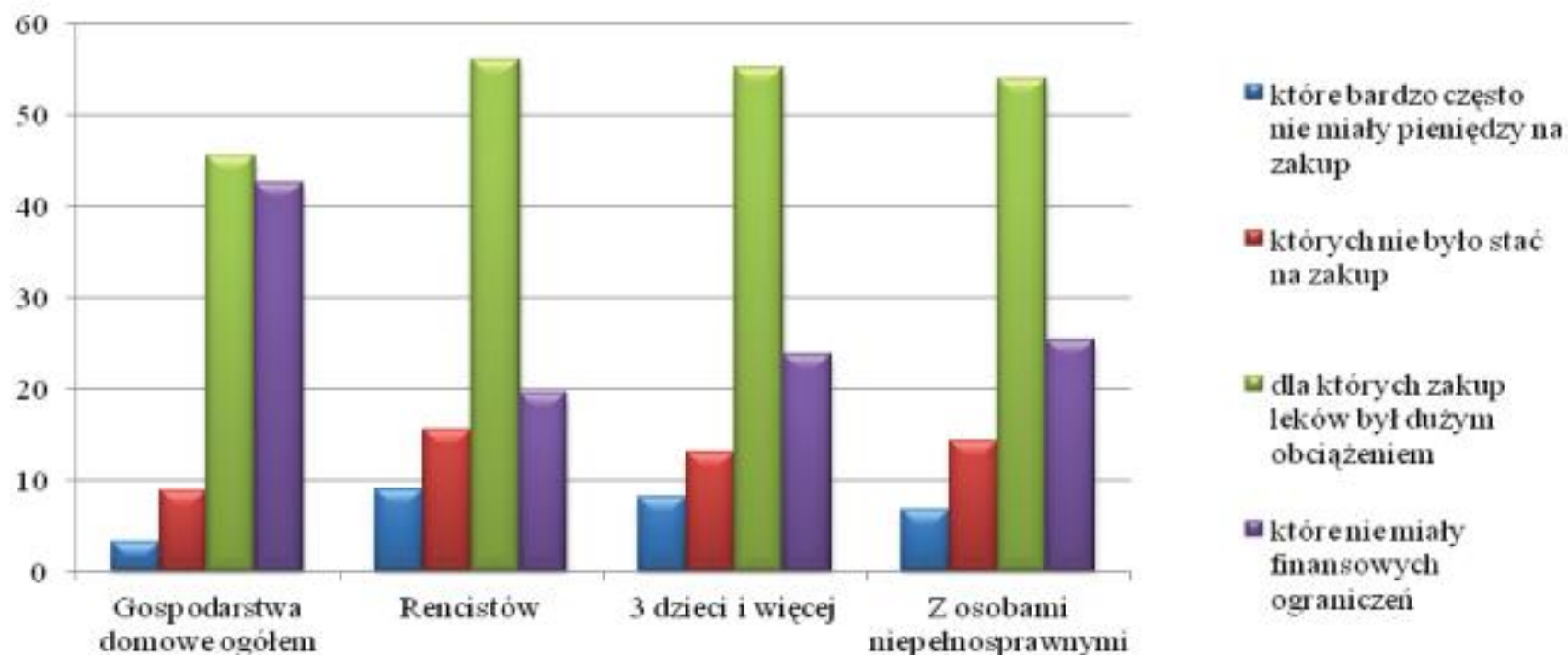
- 5% - Stany Zjednoczone
- 16%- Wielka Brytania
- 26% - Polska

Standaryzacja wyniku



Polska krajem o najmniejszych
wydatkach na OTC

Wykres 2. Gospodarstwa domowe wg możliwości zakupu leków przepisanych na receptę lub zaleconych przez lekarza (w %)



Medycyna niekonwencjonalna

- 2,8% gospodarstw korzystało z usług
- Gospodarstwa dobrze sytuowane.
(Wśród gospodarstw korzystających - 44% to gospodarstwa gdzie dochód wynosi powyżej 1600 PLN.)
- Im wyższy dochód na osobę w gospodarstwie, tym częściej korzysta ono z medycyny niekonwencjonalnej

- Akupresura - leczenie uciskiem określonych miejsc ciała
- Akupunktura - leczenie igłami wbijanymi w określone miejsca na ciele
- Apiterapia - leczenie produktami pszczelimi
- Aromaterapia - leczenie zapachami
- Bioenergoterapia - leczenie bioenergią
- Koloroterapia - leczenie kolorami
- Fitoterapia - leczenie ziołami (ziołolecznictwo)
- Hipnoterapia - leczenie hipnozą
- Homeopatia - leczenie zdynamiczowanymi roztworami wodnymi danej substancji najczęściej pochodzenia roślinnego lub mineralnego
- Osteopatia - metoda, w której badanie manualne wykorzystywane jest do stawiania diagnozy i leczenia chorych
- Chiropraktyka - leczenie poprzez manipulację kręgosłupem
- Radiestezja - likwidacja jednostek chorobowych za pomocą wahadeł
- Urynoterapia - leczenie moczem

Zalety:

- Zwiększanie wiedzy na temat choroby
- Poczucie odpowiedzialności
- Poprawa jakości życia
- Ograniczenie wizyt u lekarza
- Odciążenie budżetu
- Wygoda

Wady:

- Polipragmazja (nadmierna konsumpcja leków)
- Działania niepożądane/przeciwwskazania
- Odwlekanie wizyty u specjalisty
- Interakcje z innymi lekami

Problemy

- Nadużywanie antybiotyków
- Przerywanie antybiotykoterapii
- Stosowanie „resztek” leków na receptę
- Stosowanie „pożyczonych leków”
- Błędna samodiagnoza
- Brak rzetelnych źródeł

Uwarunkowania skuteczności:

- Inspiracja poprzez zorganizowane zespoły
(samorządy, gminy, powiaty, państwo, zorganizowane grupy)
- Przesłanki oparte na rzetelnej, aktualnej wiedzy
- Monitorowanie procesu samoleczenia

Działanie Zdrowia Publicznego:

- Opracowanie i wdrożenie programów edukacyjnych (problematyka samoleczenia, umiejętność wyboru produktów leczniczych)
- Zmniejszanie asymetrii informacyjnej
- Rzetelne serwisy i punkty informacyjne
- Komunikacja profesjonalista-laik
- Szkolenie pracowników w kwestii reklamy i marketingu (większa odporność na reklamę, propagandę, perswazję)

Dziękuję za uwagę.

Bibliografia:

- Samoleczenie, pod redakcją Krzysztofa Krajewskiego-Siudy, Instytut Sobieskiego, 2012 r.
- Rola leków OTC w samoleczeniu pacjentów / Paulina Pielach; Zakład Zdrowia Publicznego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, WUM 2011 r.,
- Zachowania zdrowotne związane z samoleczeniem w okresie starości, Uniwersytet Medyczny w Poznaniu, 2010 r.