

DECALOGO PER IL BUON USO DEI FARMACI

I farmaci non sono comuni beni di consumo; rappresentano una risorsa preziosa per la nostra salute, ma la loro modo assunzione comporta anche dei rischi. E' necessario, pertanto, che vengano utilizzati in modo appropriato e corretto, così da ottenerne il massimo dei benefici terapeutici, minimizzando il rischio di effetti collaterali indesiderati e dannosi e di eventi avversi.

1. Evita di fare pressione sul medico per ottenere la prescrizione di farmaci; non pensare di poter rimediare con l'uso di farmaci a stili di vita scorretti e ad abitudini alimentari sbagliate.
2. Informa il tuo medico prima che ti prescriva un farmaco:
 - se hai già avuto allergie o effetti collaterali dall'assunzione di particolari farmaci
 - se stai già assumendo altri farmaci consigliati da altri o presi per tua autonoma decisione
 - se soffri di una qualsiasi malattia; soprattutto se a carico di fegato e reni
 - se sei in gravidanza o se è possibile che si instauri una gravidanza durante la terapia
3. **Assumi farmaci in caso di gravidanza SOLO su prescrizione del medico**, che potrà valutare adeguatamente i possibili rischi per il feto.
4. Riferisci prontamente al medico gli eventuali effetti collaterali.
5. Chiedi sempre al medico se puoi assumere contemporaneamente più farmaci e se sia necessario aggiustare dosi e modalità di assunzione in caso di particolari situazioni fisiche, ambientali, climatiche. Specialmente bambini ed anziani sono particolarmente a rischio di subire effetti dannosi dai farmaci e possono richiedere un attento aggiustamento delle dosi.
6. Evita di assumere farmaci prescritti ad altre persone e non accettare consigli in questo campo da chi non è un medico.
7. Rispetta scrupolosamente le indicazioni del medico e del foglio illustrativo, evitando di modificare le dosi della terapia e di sospendere o di protrarre la cura di tua iniziativa.
8. Controlla scrupolosamente la data di scadenza di ogni farmaco ogni volta che lo usi e conserva sempre il foglietto illustrativo. Alcuni farmaci, inoltre, scadono dopo pochi giorni dall'apertura, indipendentemente dalla data di scadenza indicata nella confezione. Per i colliri, in generale, si raccomanda l'uso entro 10 giorni dall'apertura, mentre gli sciroppi contenenti antibiotici possono essere utilizzati solo per pochi giorni dopo la loro apertura.
9. Conserva i farmaci in luoghi non raggiungibili dai bambini, nei loro contenitori originali, a temperatura ambiente, in luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce, lontano da fonti di calore o, se specificato sulla confezione, in frigorifero.
10. Tieni a casa i farmaci nella giusta quantità in rapporto alla terapia, evitando scorte eccessive con il rischio di inutili sprechi.