О чем следует помнить, используя лекарства:

1. Инструкция. Считайте, что эта маленькая сложенная бумажечка – половина лекарственного действия. В ней содержится самое главное – рекомендации по употреблению, противопоказания, меры предосторожности, а также побочные действия препарата. Никогда не выбрасывайте инструкцию раньше того, как закончится лекарство.

2. Хранение. Очень часто лекарственные препараты портятся именно потому, что лежат в неподходящем углу. Идеальные условия для хранения лекарств содержатся в инструкции, но чаще всего используются два температурных режима: пониженная температура (от +5 до +15) и комнатная температура (от +17 до +22). Если ситуация требует хранить лекарства в холодильнике – например, мази, препараты для инъекций или свечи – не позволяйте им контактировать с пищевыми продуктами. Лучше всего отвести лекарствам отдельную полиэтиленовую упаковку. И выбрать полку с оптимальной температурой – чтобы лекарства охлаждались, но не замораживались.

3. Транспортировка. Если условия хранения резко меняются – даже на короткое время – бывает трудно предсказать его воздействие на человека. Иногда последствия могут быть опасными. Особенно чувствительные – лекарства, привыкшие к содержанию в холодильнике. Разумно перевозить такие препараты в медицинских контейнерах или специальных сумках-холодильниках – они продаются в аптеках. Перепады температуры – не самое лучшее, что может случиться с вашими медикаментами, они этого не любят.

4. Срок годности. Если вы со спокойной душой используете заначку аспирина, купленную вашим дедушкой в 75-м и с вами до сих пор все хорошо – скажите спасибо небесам. Производитель гарантирует эффективность и безопасность лекарственного средства только в течение указанного в инструкции времени – срока годности. Имейте в виду, что при употреблении просроченных препаратов ответственность несете только вы сами, предупреждает фармацевт Наталья Опыхтина.

5. Испорченные медикаменты. Если лекарственный препарат просто вышел из срока годности, его действие можно еще хоть как-то предвидеть. Но гораздо опаснее будет употреблять явно испорченные лекарства. Не стоит пробовать таблетки, изменившие цвет, прилипшие друг к другу капсулы, неприятно пахнущие капли, а также слишком текучие и неоднородные мази.

6. Самолечение. Знаете ли вы, что в России в 10 раз больше человек умирают от промедления и последствий самолечения, чем от ошибок врачей? Фармацевт Наталья Опыхтина советует не хранить остатки препаратов после курса, который вам прописывали на случай серьезной болезни (антибиотики, гормональные препараты). Когда вы выздоровели, больше не стоит использовать эти пилюли без назначения врача. Они не пригодятся вам для лечения простуды или головной боли. А случайно принятые мощные препараты могут попросту подорвать здоровье. По той же причине выбросьте из аптечки те средства, о действии которых вы не помните или не знаете.

7. Злоупотребление. Некоторые пациенты, даже получив подробную консультацию со специалистом, принимают иногда лекарства «на всякий случай». Мол, еще одна

маленькая таблеточка ничего не сделает. Такая позиция таит в себе опасность: частое употребление лекарственных препаратов (особенно обезболивающих) вызывает привыкание. Самые тяжелые последствия может иметь привыкание в приему снотворных и успокаивающих средств. При неправильном использовании этих средств эффект не достигается, поэтому приходится повышать дозу. Злоупотребление даже самыми безобидными лекарствами может привести к болезненному пристрастию, которое сопровождается нарушением функций нервной системы и многими другими неприятными вещами.

http://www.kp.by/daily/26250/3130845/