

# Pacjenci w badaniach

<https://pacjentwbadaniach.abm.gov.pl/pwb/aktualnosci/aktualne-wydarzenia-i-i/2240,Przyjmowanie-lekow-zgodnie-z-zalecenie-m-lekarza-twoje-bezpieczenstwo.html>  
20.05.2024, 00:29

## Przyjmowanie leków zgodnie z zaleceniem lekarza - twoje bezpieczeństwo

Bezpieczeństwo leków i ich prawidłowe przyjmowanie są kluczowe dla utrzymania zdrowia i uniknięcia działań niepożądanych. Jednym z najważniejszych kroków, jakie można podjąć w celu zapewnienia sobie bezpiecznego leczenia, jest przestrzeganie zaleceń lekarza odnośnie dawkowania i częstotliwości przyjmowania leku.

Leki mogą być bardzo pomocne w leczeniu chorób i łagodzeniu objawów, ale jednocześnie mogą mieć wiele skutków ubocznych, zwłaszcza jeśli nie są stosowane prawidłowo. Przykłady działań niepożądanych leków obejmują reakcje alergiczne, nudności, biegunkę, problemy z sercem czy wątrobą oraz wiele innych. Niektóre z nich mogą być bardzo niebezpieczne, a nawet prowadzić do hospitalizacji czy śmierci. Aby ich uniknąć, należy stosować się do zaleceń lekarza w zakresie dawkowania i częstotliwości przyjmowania leku. Należy również pamiętać, że zmiana dawki bez konsultacji z lekarzem może być niebezpieczna. Niezwykle ważny, choć powszechnie nieznanym jest efekt pułapowy (ang. *ceiling effect*), który oznacza, że zwiększenie dawki leku ponad pewien poziom (pułap) nie zwiększa jego skuteczności, zaś znacznie zwiększy ryzyko wystąpienia objawów niepożądanych, szczególnie ze strony przewodu pokarmowego. Efekt ten występuje np. w przypadku leków z grupy NLPZ (niesteroidowych leków przeciwzapalnych tj. ibuprofen, naproksen, flurbiprofen, ketoprofen) stosowanych przeciwbólowo.

Ważne jest również, aby poinformować lekarza o wszystkich innych lekach, suplementach, ziołach czy witaminach, które przyjmujesz. Niektóre [produkty lecznicze](#) mogą mieć interakcje z innymi lekami lub suplementami, co może prowadzić do poważnych skutków ubocznych. Należy również pamiętać o spożywanych produktach – niewiele osób wie, że naukowo udowodniono negatywny wpływ grejpfrutów i soku z tych owoców na ponad 85 różnych leków, w tym m. in.: leki przeciwdepresyjne (sertralina), leki obniżające poziom cholesterolu (statyny), leki obniżające ciśnienie tętnicze (blokery kanałów wapniowych), czy leki przeciwhistaminowe (antyalegiczne).

Niezwykle istotne jest, aby przestrzegać daty ważności leków i przechowywać je zgodnie z zaleceniami na opakowaniu. Przechowywanie ich w niewłaściwy sposób lub stosowanie przeterminowanych leków może prowadzić do zmiany składu chemicznego i utraty skuteczności. Zepsute leki mogą nie tylko przestać działać, ale również stawać się szkodliwe dla zdrowia, gdyż w procesie rozkładu mogą powstawać szkodliwe dla organizmu związki chemiczne.

W przypadku badań klinicznych, lekarz prowadzący badanie podaje pacjentowi określony produkt badawczy zgodnie z protokołem badania, w którym określone są dawki oraz czas jego przyjmowania. Szczególnie ważne, w przypadku samodzielnego stosowania leku badanego przez uczestnika jest to, aby pacjent przyjmował go dokładnie tak, jak zalecił mu lekarz, nie pomijając dawek ani nie zmieniając

czasu jego przyjmowania. Ma to kluczowy wpływ na bezpieczeństwo pacjenta oraz wyniki badania. W tym celu wykorzystuje się specjalnie zaprojektowany dzienniczek, w którym uczestnik dokładnie rejestruje swoje doświadczenia i objawy związane z badanym lekiem lub terapią. Pozwala on na monitorowanie postępu leczenia oraz działań niepożądanych. W dzienniczku pacjent zazwyczaj zapisuje daty i godziny przyjmowania produktu, jego nazwę, dawkę oraz ocenia swoje samopoczucie. Pacjent może również odnotować wszelkie dodatkowe objawy chorobowe, takie jak np. bóle brzucha, bóle głowy czy gorączka.

#### Bibliografia:

1. Efekt pułapowy, <https://opieka.farm/efekt-pulapowy/> (dostęp: 09.05.2023 r.)
2. Grapefruit Juice and Some Drugs Don't Mix, U.S. Food and Drug Administration, <https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/grapefruit-juice-and-some-drugs-dont-mix> (dostęp: 09.05.2023 r.)
3. Tego nie jedz, jeśli przyjmujesz leki. Jakie produkty mogą wpływać na działanie leków? Poradnikzdrowie.pl <https://www.poradnikzdrowie.pl/zdrowie/leki/tego-nie-jedz-jesli-przyjmujesz-leki-jakie-produkty-moga-wplywac-na-dzialanie-lekow-aa-8zj1-foX5-EXU2.html> (dostęp: 09.05.2023 r.)

Autor: Ewa Kowalczyk

*(data opracowania artykułu 10.05.2023 r.)*