



Вы пьете уже третий курс антибиотиков, а цистит все не проходит? После аспирина стало плохо, а от обезболивающего еще сильнее раскалывается голова? Вероятнее всего, дело не в качестве препарата и квалификации врача, который назначил вам лечение. По статистике всего 17% россиян внимательно читают инструкцию к лекарствам, остальные же пьют таблетки, как и когда вздумается. И это может свести на нет эффект даже самых сильнодействующих лекарств.

Ошибка □ 1: Одна таблетка хорошо, а две лучше

Врачи назначают таблетки конкретной дозировки не случайно. Если придерживаться указаниям, пользы от лекарств должно быть больше, а вреда меньше. Удвоить или утроить дозировку – значит не ускорить облегчение, а увеличить вероятность побочных эффектов.

Первая таблетка обезболивающего не может дать эффект через 2 минуты. Но это совсем не значит, что нужно принять еще пять. Какие-то препараты могут вызвать

побочные эффекты, а другие приведут к серьезному отравлению.

Если вы принимаете обезболивающее, а оно не дает ожидаемых результатов – поговорите со своим врачом. «Одна хорошо, а две лучше» – не про лечение таблетками. Всегда строго следуйте указаниям врача и на всякий случай поинтересуйтесь у него, можно ли увеличить дозу назначенного препарата, чтобы получить ожидаемый эффект.

Еще одна частая причина отравлений и плохого самочувствия после приема лекарств – попытка усилить действия одного лекарства за счет другого, если речь не идет о комплексной терапии. Вещества двух препаратов блокируют действие друг друга, и эффект равен нулю – это в лучшем случае. В худшем – один препарат усиливает побочные эффекты другого.

Ошибка □ 2: Передозировка

Люди часто принимают обезболивающие лекарства (даже такие, что отпускаются исключительно по рецепту), не читая инструкции и не обращая внимания на состав. Это означает, что они понятия не имеют, какие конкретно вещества попадают в их организм. Дело в том, что многие обезболивающие препараты имеют разные названия, но один и тот же состав. Приняв одну таблетку от зубной боли и «на всякий случай» дополнив ее другой, но тоже от зубной боли, можно получить отравление.

Ошибка □ 3: Употребление спиртного во время приема таблеток

Обезболивающие препараты и алкоголь многократно усиливают действие друг друга. Именно поэтому на многих лекарствах черным по белому написано, что потребление алкоголя во время принятия препарата недопустимо. Причем не важно, какой крепости алкоголь. Предупреждение относится и к вину, и даже к пиву.

Многие препараты, употребляемые с алкоголем, могут привести к язве желудка. Нередки случаи и серьезного повреждения печени, потому что алкоголь, вступая в

реакцию с лекарственными препаратами, очень трудно выводится из организма.

Ошибка □ 4: Лекарственное взаимодействие

Прежде чем принимать какие-либо обезболивающие таблетки, нужно вспомнить, какие еще препараты, биологически активные добавки и средства народной медицины вы принимаете. Некоторые из них могут взаимодействовать с обезболивающими лекарствами, увеличивая риск побочных эффектов.

Например, аспирин может повлиять на действие некоторых лекарств для диабетиков, а кодеин и оксикодон могут взаимодействовать с антидепрессантами.

Предоставьте врачу, который назначает вам обезболивающее, полный список лекарств, трав и БАДов, которые вы данный момент пьете. Покупая какое либо лекарство без рецепта, почитайте инструкцию нового препарата на предмет его сочетаемости с другими лекарствами.

Ошибка □ 5: Вождение автомобиля и прием лекарств

Ряд препаратов может вызвать сонливость. Более того, у разных людей организм по-разному реагирует на те или иные лекарства. На кого-то прием обезболивающих не оказывает никакого действия, а других буквально через полчаса начинает клонить в сон. Поэтому не стоит принимать новые таблетки, если предстоит вести машину. Если так случилось, что боль возникла в дороге, остановитесь, примите таблетку и не двигайтесь никуда раньше чем через 40 минут. Никогда не принимайте две таблетки обезболивающего за рулем.

Ошибка □ 6: Обмен рецептурными препаратами

К сожалению, многие не предают должной важности приему лекарств и легко

обмениваются назначенными препаратами с друзьями, родственниками и коллегами. Делать этого нельзя, особенно, когда дело касается обезболивающих. Лекарство и дозировку, которое прописал вам врач, рассчитаны именно на вашу проблему, ваше состояние здоровье и ваш организм. Принимать таблетки нужно исключительно после консультации с врачом, когда понятна причина болевых ощущений. Иначе может возникнуть передозировка, аллергическая реакция и даже опасность для жизни.

Ошибка □ 7: Не советоваться с фармацевтом

Не так-то просто читать инструкцию лекарства, если она написана мелким шрифтом. Если у вас есть какие-то вопросы, касаемо предписания врача, не стесняйтесь спросить о них фармацевта. Возможно, придется подождать несколько минут, пока специалист отвечает на вопросы другого клиента, зато он поможет вам выбрать правильное лекарственное средство.

Ошибка □ 8: Неправильное хранение таблеток

Одна из причин неэффективности лекарственных средств – неправильное их хранение. Под действием влажности, солнечного света и даже воздуха препараты портятся. Поэтому никогда не храните таблетки на подоконниках, в ванной комнате и без упаковки.

Никогда не употребляйте просроченные таблетки. Иначе можете оказаться в отделении неотложной помощи из-за реакции организма на продукты распада. Таблетками часто травятся дети, поэтому никогда не оставляйте лекарства на видном месте и не посылайте малыша самого на кухню за лекарствами, чтобы он выпил "ту зеленую таблеточку в красной коробочке".

Ошибка □ 9: Нарушение оболочки таблеток

Таблетки можно сравнить с машинами по доставке в организм спасительного средства. Если они следуют по неправильному пути – эффекта не будет. Так, нельзя

нарушать оболочку цветных таблеток, ведь специальный слой предназначен для того, чтобы защитить от раздражения слизистую и не дать содержимому таблетки раствориться раньше чем нужно. Пилюли также нельзя вскрывать – вещество, содержащееся в них, осядет на стенках пищевода и не окажет ожидаемого воздействия.