



Priručnik o
pravilnoj primeni i
čuvanju lekova

APOTEKA  SUBOTICA
SUBOTICA



Farmaceutska komora Srbije



SFUS

Savez farmaceutskih udruženja Srbije

Proširite svoje znanje o lekovima jer ćete samo uz ispravnu upotrebu postići dobar efekat leka, a sve neželjene reakcije na lek svesti na minimum. Nemojte biti "sam svoj lekar", jer su lekovi uvek potencijalno opasni. Obavezno se pridržavajte uputstava dobijenih od lekara i/ ili apotekara.



Uz savet apotekara se uglavnom mogu izlečiti prehlada, manje probavne tegobe, blaži bolovi i slično. Ako nakon nekoliko dana ne dolazi do poboljšanja ili su Vaše tegobe ozbiljnije obratite se lekaru.

U apoteci možete dobiti odgovor na sledeća pitanja:

- Da li izbegavati određenu vrstu hrane tokom uzimanja leka?
- Da li je dozvoljeno izlaganje suncu dok traje terapija?
- Šta raditi ukoliko se preskoči doza leka?
- Kako kombinovati lek sa OTC preparatom (za koje nije potreban recept) ili lekovima biljnog porekla?
- Da li smete da upravljate motornim vozilima i mašinama dok koristite lek ?
- Kako pravilno čuvati lekove i šta uraditi sa njima nakon isteka roka upotrebe?
- Šta treba da sadrži putna apoteka?

Saveti za pravilno korišćenje preparata za unutrašnju primenu

Tablete se gutaju najčešće cele, sa punom čašom obične vode. Zavisno od vrste leka, mogu se uzimati pre, posle ili za vreme jela.

Tablete za žvakanje treba sažvakati potpuno i potom popiti čašu vode.

Tablete sa modifikovanim oslobađanjem se gutaju cele, aktivna supstanca se iz njih postupno oslobađa i omogućava dugotrajno delovanje (npr. tokom celog dana).

Gastrorezistentne tablete prolaze kroz želudac neizmene. Ne smeju se deliti.

Lingvalette su namenjene otapanju pod jezikom, kako bi se postigao brži efekat leka (npr. tablete nitroglicerina).

Tablete nitroglicerina vremenom gube efikasnost, zato ih je nakon 6 nedelja neophodno zameniti novim pakovanjem. *Nitroglicerina spreju* prska se ispod jezika, a prema uputstvu lekara. Nakon primene leka, treba ostati u sedećem položaju 5 minuta



Oriblete se sporo otapaju u ustima.

Dražetje su tablete obložene slatkim omotačem koji maskira gorki ukus leka. Oprez kod dijabetičara.

Šumeće tablete (efervete) primenjuju se nakon otapanja u čaši obične vode. Lek treba popiti odmah po rastvaranju.

Kapsule se gutaju isključivo cele sa punom čašom obične vode.

Kod dece i u pojedinim slučajevima kod odraslih pogodnija je primena tečnih lekovitih oblika. Kraćeg su roka trajanja i brže deluju. Često sadrže šećer pa se savetuje oprez kod dijabetičara. Doziraju se u kapima ili u mililitrima. Tečni lekoviti oblici obično u originalnom pakovanju sadrže i prikladne kašikice za doziranje.

1 velika (supena) kašika sadrži 15 mL, a mala (čajna) kašika 5 mL, 1 ml vodenog rastvora sadrži 20 kapi, dok se pod čašom vode podrazumeva oko 150 mL.
LEK SE NIKADA NE PIJE IZ FLAŠICE!

Antibiotici su nestabilni u vodenom rastvoru i zato se izrađuju u obliku granula koje će Vam apotekar neposredno pre izdavanja rastvoriti. Važno je da ovako pripremljen lek dobro promućkate pre svake upotrebe.

Nemojte samoinicijativno piti antibiotike kada ste prehladeni ili imate urinarnu infekciju.

Kada Vam je propisan antibiotik:

- Uzimate lek tačno onoliko dugo koliko Vam je rečeno da ga uzimate, bez obzira na to što se osećate bolje. Ako nepravilno i nedovoljno dugo pijete antibiotik, može se dogoditi da deo bakterija preživi i da se ponovo razbolite. Isto pravilo važi i za decu.
- Ne čuvajte antibiotike za sledeći put kad se razbolite.
- Ne posuđujte antibiotike koji su propisani nekom drugom.
- Uz terapiju antibiotikom savetuje se primena preparata sa probiotskim bakterijama. Napravite višečasovni razmak između uzimanja antibiotika i probiotika.

Preparate koji se piju i pripremaju rastvaranjem praškaste supstance u prokuvanoj prohladenoj vodi, a služe za regulisanje elektrolitske ravnoteže i nadoknade izgubljene tečnosti, uzimate po gutljaj u malim vremenskim razmacima.

Uz lekove u formi praška koji služe za regulisanje probave uzimate puno tečnosti.

Saveti za pravilno korišćenje preparata za spoljašnju primenu

Lekovi se primenjuju na kožu ili sluznicu uglavnom s namerom da deluju lokalno, no ne sme se zanemariti činjenica da neki lekovi mogu delovati na ceo organizam (npr. transdermalni oblici - flasteri). Nanose se uvek na čistu, suhu kožu u tankom sloju. Mazanje kože ili sluznice mora biti površinski i vremenski ograničeno. Hoće li se lek naneti na kožu u obliku masti, kreme ili losiona, zavisi od prirode leka i stanja kože.

Lekovite masti primenjuju se najčešće kod hroničnih kožnih bolesti.

Kreme, za razliku od masti, sadrže vodu, lakše se ispiraju, pa se mogu primenjivati i na dlakama obraslim delovima tela (ako lekovita supstanca nije dostupna u formi gela).

Paste se teže razmazuju, jer sadrže veliku količinu praškastih supstanci i pogodne su za sušenje kože.

Na kožu se, kao lekoviti oblici mogu primenjivati još i **losioni, suspenzije, tečni puderi, sprejevi i praškovi**.

- **SUSPENZIJE UVEK PROMUĆKAJTE PRE UPOTREBE.**
- **SPREJEVE ZA KOŽU PRSKAJTE SA 10-15 CM UDALJENOSTI.**

Čepići (supozitorije) su polučvrsti oblici za rektalnu primenu, tj. uvođenje u debelo crevo. Tim putem primenjuju se neki lekovi koji ako se popiju nadražuju želudac, zatim lekovi koji deluju lokalno (npr. za lečenje hemoroida) ili kada bolesnik, zbog povraćanja, ne može uzimati lek peroralno (preko usta). Čepići se pri telesnoj temperaturi otapaju. Ukoliko čepić nije sredstvo za čišćenje trudite se da ne praznite creva bar 1 sat. Ukoliko je spoljašnja temperatura veća od 25 C, čepiće čuvajte u frižideru.

Rektalne masti nanose se pomoću aplikatora.

Vaginalete se primenjuju kod žena, a pripremljene su za uvođenje u vaginu (najbolje naveče, u ležećem položaju). Ruke treba da budu čiste i oprane. Vaginaletu izvadite iz pakovanja, a potom potisnite srednjim prstom što dublje u vaginu i odležite tako bar 30 minuta. Pitajte apotekara da li smete koristiti lek za vreme menstruacije.

Vaginalete mogu ometati efikasnost kondoma.

Vaginalne masti nanose se pomoću aplikatora.

Transdermalni flasteri

Flaster se lepi na čistu i suhu kožu (neozleđena, ravna površina kože, dlake na mestu primene treba šišati- ne brijati). Otvorite rub kesice prstima - ne koristite makaze, jer tako možete oštetiti flaster. Skinite zaštitnu foliju i zalepite flaster ne dodirujući lepljivu površinu. Pritisnite i držite 30 sekundi. Sa flasterom se slobodno možete kupati i tuširati. Držite flaster na koži onoliko dugo koliko je doktor propisao. Vodite računa o učestalosti promene flastera i menjanju mesta lepljenja.



KAPI ZA OČI, UHO ili NOS

su tečni oblici lekova namenjeni lokalnom delovanju, a doziraju se u kapima.

Kapi za oči

Posavetujte se sa apoteka-rom u vezi sa rokom upotrebe nakon otvaranja pakovanja.

Ruke treba da budu čiste i oprane.

Ukoliko nije drugačije propisano sočiva skinite pre aplikacije leka. Glava treba da bude zabačena blago unazad. Laganim pokretom povlačite donji kapak i gledajte na gore. Bočicu sa kapaljkom ili tubu držite u drugoj ruci i približite oku, ali da ne dodirujete oko.

Stavite propisani broj kapi u kapak ili istisnite oko 1 cm masti iz tube duž donjeg kapka idući od spolja ka unutrašnjem uglu oka. Zatvorite oči i ne trljajte ih. Ukoliko Vam vid bude zamagljen, očekujte da će se treptanjem razbistriti za par minuta. Nemojte raditi poslove koji zahtevaju posebnu pažnju dok Vam se vid ne razbistri.

U slučaju da koristite više vrsta kapi napravite pauzu 5 minuta između nanošenja (oko može da primi samo jednu kap). Ako koristite i kapi i mast prvo nanesite kapi pa posle 5 minuta mast.



Kapi za uho

Upotrebljavajte ih samo po preporuci lekara (osim ispiranja uha sa 3% rastvorom hidrogena tj. uklanjanja nakupljene ušne masti).


Pre upotrebe bočicu sa kapima ugrijte u ruci. Promućkajte ako je suspenzija. Glava treba da bude nagnuta tako da uho u koje kapate bude okrenuto na gore. Laganim pokretima povucite uho nazad (kod odraslih i starije dece gore pa nazad a kod dece mlađe od tri godine dole pa nazad) i ukapajte potreban broj kapi. Glavu držite nagnutu još 2-3 minuta posle ukapavanja da rastvor ne bi iscureo. Za lečenje bola u uhu preporučuju se topli, suvi oblozi na obolelo uho.



Kapi i sprejevi za nos

Ispravan način upotrebe je ukapavanje 1-2 kapi ili 1 prskanje u svaku nosnicu, uz zabacivanje glave prema natrag (potrebno samo kod kapi). Aplikovanje se vrši u ispražnjen nos. Posavetujte se sa apoteka-rom u vezi dužine primene kapi/spreja. Ukoliko je neophodna duža primena u terapiju uključite i fiziološki rastvor ili rastvor morske soli za vlaženje sluznice.

Saveti za pravilnu primenu insulina



Insulin kratkog dejstva je rastvor sa brzim i kratkim delovanjem. Počinje da deluje neposredno nakon ubrizgavanja, a dejstvo traje nekoliko sati (zavisno od toga da li se radi o humanom ili savremenom insulinu).

Insulin dugog dejstva počinje da deluje oko sat i po nakon ubrizgavanja i deluje 20 do 24 sata. Humani insulini dugog dejstva su mlečno mutne suspenzije.

Bifazni insulini kombinuju delovanje insulina kratkog i dugog dejstva. Počinju da deluju pola sata nakon ubrizgavanja, a dejstvo traje do 24 sata. Insulini dugog dejstva i bifazni insulini daju se pre obroka ili pre spavanja po dogovoru sa lekarom.

Ukoliko koristite “mutan” insulin pre davanja promućkajte pen, dok se ne dobije jednolična bela boja. Najbolja i najbrža apsorpcija insulina je na trbuhu.

Neophodno je da pravilno odaberete mesto za davanje insulina u zavisnosti od njegove vrste. Koža treba da ostane uzdignuta prstima tokom davanja i još 10-15 sekundi nakon toga. Ne trljajte mesto nakon davanja. Nakon promene igle izbacite 2 jedinice da bi ste proverili prohodnost igle i uklonili vazduh.

ČUVANJE INSULINA:

1. Insulin čuvajte na hladnom mestu do +4°C (pre davanja neophodno je da stoji bar 30 minuta na sobnoj temperaturi)
2. Ne izlažite insulin suncu ili visokoj temperaturi.
3. Ne čuvajte insulin u zamrzivaču.

NE KORISTITE INSULIN KOJI STE GREŠKOM ZAMRZLI.

Saveti za pravilnu primenu inhalatora



Pojedine vrste pumpica potrebno je promućkati pre upotrebe (posavetujte se sa apotekarom s tim u vezi). Skinite poklopac sa pumpice. Pre primene leka duboko udahnite i izdahnite. Vrh bočice unesite u otvorena usta i obuhvatite ga usnama (ne jezikom ili zubima). Istovremeno pritisnite mehanizam koji istiskuje lek i postepeno duboko udahnite

ili samo postepeno duboko udahnite pripremljenu dozu leka (posavetujte se sa apotekarom s tim u vezi) Izvadite inhalator iz usta, zadržite dah 10-tak sekundi i potom izdahnite. Ukoliko su propisane dve doze odnosno dva udaha, postupak ponovite posle 1 minuta.

Komora (spejser) pomaže da se lakše koristi pumpica. Primena je sledeća:

- Rasprši se jedanput lek iz pumpice u komoru.
- Zatim se udahne duboko i zadrži dah 10 sekundi.
- Izdahne se vazduh u komoru.
- Udahne se ponovo, ali se ne raspršava lek.

Ukoliko niste sigurni da li dobro koristite inhalatore, konsultujte vašeg apotekara ili lekara.

Određene vrste pumpica zahtevaju ispiranje usne duplje nakon primene leka da ne bi došlo do razvoja gljivične infekcije u usnoj duplji. Obavezno se informišite u apoteci oko načina održavanja ako koristite komoru za inhalaciju, jer je to važno kako bi se propisana količina leka našla u plućima.

MAGISTRALNI LEKOVI

Izrada magistralnog leka vrši se u apoteci na osnovu lekarskog recepta. Magistralni lek se izdaje u prikladnoj farmaceutskoj ambalaži (PVC bočici, PVC-kutiji, papirnoj kesici...) s nalepnicom (signaturrom) bele boje ako je za peroralnu primenu, odnosno crvene boje ako je za spoljašnju upotrebu. Takav lek namenjen je samo jednoj osobi, za koju je i propisan.



GALENSKI LEKOVI

Lekovi izrađeni u galenskim laboratorijama u manjim serijama, prema proverenim recepturama iz stručne literature.

Kućna apoteka

Lekove ne treba čuvati ni u kupatilu ni u kuhinji. Naime, promena temperature, ali i vlage, u ovim prostorijama, može da naškodi lekovima i da ih učini neefikasnim, pa čak i opasnim. Pored toga, nekim lekovima smeta svetlost.

- Stavite Vašu kućnu apoteku na suvo mesto, koje nije podložno promenama temperature i vlage (ne iznad grejnog tela).
- Postavite je visoko, tako da deca ne mogu da je dohvate i zaključajte je da izbegnete nezgode.
- Ne zaboravite da je veliki broj trovanja kod dece izazvan lekovima. Nemojte koristiti lek koji je promenio boju ili oblik.
- Čuvajte lekove u originalnoj ambalaži, kako biste znali rok trajanja.
- Redovno kontrolišite rok trajanja lekova u svojoj apoteci (lekove sa isteklim rokom trajanja odnesite do najbliže apoteke jer je to farmaceutski otpad i treba da bude adekvatno uništen – **NE BACAJTE LEKOVE U SMEĆE ILI KANALIZACIONI ODVOD!**)
- Uvek pročitajte uslove skladištenja leka i čuvajte uputstvo za upotrebu.
- Iz predostrožnosti, lekove koji stoje u frižideru čuvajte u plastičnoj kutiji na kojoj ćete nacrtati crveni krst

- Zapišite na pakovanju datum otvaranja kapi, masti ili sirupa (rok upotrebe više ne odgovara onom pre otvaranja originalnog pakovanja)
- Proverite da li ste dobro zatvorili flašicu/kutijicu posle upotrebe
- Ukoliko se na leku nalazi oznaka u obliku trougla lek može uticati na psihofizičke sposobnosti.

