

ПРАВИЛА ПРИЕМА ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ

Использование лекарственных препаратов постоянно растет. Это связано со старением населения, особенностями образа жизни человека в современном обществе (нездоровое питание, гиподинамия, хронические стрессы, длительная работа за компьютером и др.) и увеличением количества накопленных заболеваний.

Наиболее распространенной формой лекарственных препаратов являются таблетки, поэтому рассмотрим их влияние на желудочно-кишечный тракт. Это могут быть дискомфорт, тяжесть, чувство переполнения, тошнота, рвота, диарея, запор, боль в животе. Некоторые препараты вызывают образование эрозий и язв, желудочно-кишечные кровотечения.

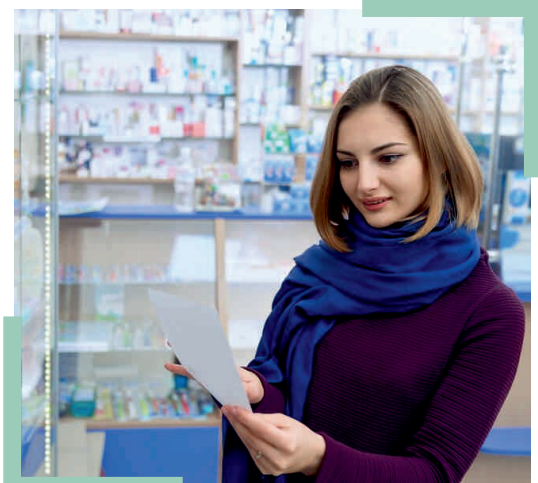
Однако такие симптомы встречаются не только как побочное действие лекарственного препарата, но и как проявления при заболеваниях органов пищеварения. Если ранее ни один из вышеперечисленных симптомов не беспокоил, а появился лишь на фоне лечения, то причиной может быть лекарственное средство. В этом случае необходимо немедленно обратиться к врачу для коррекции лечения.

Несмотря на все риски, полностью отказаться от приема лекарственных препаратов не получится. Они помогают нам справляться со многими заболеваниями и поддерживать качество жизни, поэтому необходимо принимать их правильно.

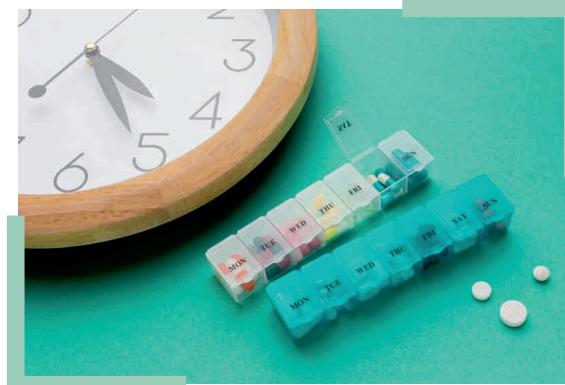


Правила приема лекарственных препаратов

- 1** Перед применением внимательно ознакомьтесь с инструкцией к препарату.
- 2** Соблюдайте условия хранения препарата: храните в сухом, защищенном от света месте, при температуре, указанной на упаковке.
- 3** **Соблюдайте правила приема препарата:**
 - «до еды» – за 30-60 минут до начала приема пищи;
 - «во время приема пищи» – в период непосредственного приема пищи;
 - «после еды» – период в течение 30-120 минут после приема пищи;
 - «натощак» – не менее чем за 60 минут до начала приема пищи и не ранее, чем через 120 минут после его окончания.



4 Принимайте препараты через равные промежутки времени. Большинство антибиотиков, гормональные и «сердечные» препараты следует принимать строго по часам. Если в инструкции указано **«три раза в день»**, это вовсе не значит: завтрак, обед, ужин. Лекарство необходимо принимать **каждые восемь часов**, чтобы в крови поддерживалась его постоянная концентрация.



5 Не жуйте, не раздавливайте и не ломайте таблетки, если это не указано в инструкции. Некоторые препараты длительного действия слишком быстро всасываются при разжевывании, что может быть небезопасно.

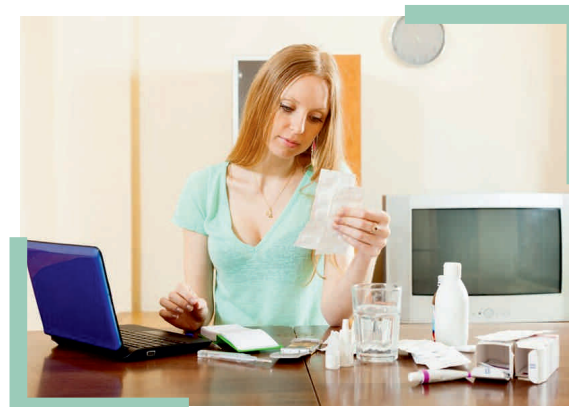
6 Запивайте препараты **кипяченой или бутилированной водой** без газа, если нет специальных указаний. Вода – хороший растворитель и **не оказывает влияния** на действующее лекарственное вещество. Не запивайте таблетки алкоголем, кофе, чаем, газированными напитками, соками (особенно грейпфрутовым).



7 При приеме **нескольких** лекарственных препаратов **внимательно** ознакомьтесь в инструкции с разделом «Взаимодействие». Посмотрите, принимаете ли вы уже препараты, которые при одновременном приеме могут оказать неблагоприятное влияние. При необходимости проконсультируйтесь с врачом.

8 Доводите лечение до конца. Особенно это касается лечения антибиотиками. Ни в коем случае нельзя прекращать прием антибиотиков, даже если симптомы болезни уменьшились или исчезли. Ведь при лечении этими препаратами сначала погибают наиболее слабые микроорганизмы, потом – более стойкие и в самом конце – самые устойчивые. Если не провести полный курс лечения, то самые стойкие микроорганизмы выживут, приспособятся к этим лекарствам и будут не чувствительными к ним в дальнейшем.

9 Не допускайте прием лекарств с истекшим сроком годности. В «лучшем» случае это приведет к неэффективности лечения, в худшем – нанесет непоправимый вред здоровью.



**Двигайтесь больше,
улыбайтесь чаще, ежедневно
ешьте овощи и фрукты!**

Будьте здоровы!