

Samoléčba jako odpověď na potřeby pacientů i zdravotního systému

23.11.2023 - | PROTEXT

Zástupce Sdružení výrobců volně prodejných léčivých přípravků, Lukáš Hradečný, nastínil řadu benefitů samoléčby. Už v současnosti každoročně ušetří českému zdravotnímu systému devět a půl miliard korun a má potenciál ušetřit dalších pět miliard. „V samoléčbě vidím obrovský potenciál nejen na straně zdravotního systému, ale také na straně pacientů a ochraně jejich zdraví. Jsme silnými zastánci toho, aby lékárníci a další zdravotničtí pracovníci mohli hrát aktivnější roli při vedení pacientů při řešení drobných zdravotních problémů. Uvědomujeme si však, že je to pouze jeden dílek skládačky. V zásadě musíme upřednostnit zvyšování zdravotní gramotnosti, mimo jiné podporou zodpovědné samoléčby ve zdravotnictví. Jako odvětví jsme plně připraveni ujmout se vedení při prosazování této zásadní změny,” vysvětlil a dodal, že až 15 % všech konzultací u praktických lékařů může být v Česku každoročně dále nahrazeno samoléčbou.

*„Vůči samoléčbě máme historický dluh. Je to opomíjené téma, kterému se příliš moc lidí nechce zásadně věnovat a zdravotní systém to slovo nepoužívá,” řekl zástupce Evropské asociace lékárenských řetězců **Daniel Horák** a zdůraznil, že je třeba pacienty k samoléčbě dobře nasměrovat. “Pacienti mají přístup ke spoustě informací. Snažíme se je edukovat, aby nakupovali v certifikovaných lékárnách, nicméně v samoléčbě nic takového nemáme. V budoucnu by například dávalo smysl udělit lékárnám certifikaci samoléčby, kdy by lidé věděli, kde jim může poradit odborník. Je potřeba nastavit pravidla, aby se pacienti mohli dobře orientovat.”*

Alena Šindelářová, předsedkyně České komory farmaceutických asistentů, zdůraznila roli farmaceutů a farmaceutických asistentů. *„Odborníci v lékárnách mají zásadní úkol předat pacientům informace a vysvětlit jim jak s léky zacházet. Samoléčba je vážná věc a žádný klient by z lékárny neměl vyjít, aniž by mu byla položena alespoň jedna otázka, jako například jaké má zdravotní problémy, pro koho je přípravek určen apod. Díky tomu pochopíme pacientovy potřeby a odnese si lék, který mu bude opravdu fungovat.”*

Důležitým aspektem samoléčby je také zodpovědné zacházení s léky. Na to upozornil prezident České lékárnické komory **Aleš Krebs** *„Zásadní je, aby se s léky zacházelo správně. Tedy ve správný čas, pro správného pacienta se správnou diagnózou. Zdravotníci jsou na téma samoléčby školeni, pacienti však musí být otevřeni, abychom jim mohli správně poradit.”*

Předseda sdružení Mladí praktici **Vojtěch Mucha** nastínil systémové problémy samoléčby. *„Problém systému je, že lékárník není odměněn za konzultaci, na základě které pacienta odešle k lékaři, ale naopak tím přijde o klienta, protože mu neprodal žádný lék. To by mělo být v systému zohledněno. V samoléčbě se pohybujeme v mantinelech, aby měl pacient možnost se sám efektivně léčit a nenavštěvovat lékaře s maličkostmi, ale zároveň si nesmí ublížit. Limitem samoléčby je nedostatečná zdravotní gramotnost české populace, kterou bychom měli zlepšovat. Chybí cílená strategie, jak s ní pracovat,” upozornil. “Systém primárně nevěří pacientovi, že lehké onemocnění zvládne, čehož důkazem je třeba neschopenka.”*

Posílení roli samoléčby se věnuje white paper „Vymezení role samoléčby v Evropě“ společnosti Haleon, která je světovým lídrem v oblasti zdraví spotřebitelů. Z dokumentu vzešlo několik doporučení pro evropské politiky, které zajistí jednodušší přístup k samoléčbě a jejímu praktikování a učiní ji dostupnější pro všechny. Mezi tato patří například vytváření příležitostí ke zdravotní

výchově v raném věku, vytváření inovativních finančních programů, kterými se samoléčba zpřístupní všem, nebo začlenění samoléčby do učebních osnov pro lékaře.

Svoji roli pro posílení samoléčby může sehrát také stát. „Stát by mohl napomoci zjednodušení v orientaci se v oblasti volně prodejných léčivých přípravků. Například v Německu je stanoveno vyhláškou, které léčivé přípravky jsou volně prodejné. Je to pak jednodušší a lékárníci i asistenti mají lepší přehled. V tom se český systém může zlepšit. V Česku je v tuto chvíli běžná situace, že dva léky se stejnou látkou, pouze od jiného držitele, mohou mít různý způsob výdeje. Sjednání by pomohlo situaci zjednodušit,“ řekla **Irena Storová**, bývalá ředitelka Státního ústavu pro kontrolu léčiv.

Již dnes pacienti v některých oblastech mohou principy samoléčby využívat, typicky například v případě sezónních respiračních onemocnění jako jsou rýma či kašel. Takovéto méně závažné stavy zvládnout pacienti řešit sami, odborníci však přesto doporučují dodržovat několik jednoduchých pouček:

- 1) výběr správného přípravku konzultujte se svým lékárníkem;
- 2) nakupujte jen tolik léků, kolik skutečně potřebujete;
- 3) vždy si prostudujte příbalový materiál a v případě nejasností se obraťte na výrobce či lékárníka;
- 4) vždy dodržujte doporučené dávkování přípravku;
- 5) v případě dlouhodobě přetrvávajících obtíží se obraťte na svého praktického lékaře;
- 6) přípravky po expiraci neužívejte a vraťte je do lékárny, léky do koše nepatří!

Díky iniciativě Petra Fifky se u kulatého stolu sešli odborníci z oblasti zdravotnictví, veřejných institucí, i privátního sektoru, aby prodiskutovali téma samoléčby z několika úhlů pohledu. Panelisté se shodli, že tato akce je začátkem, na který budou chtít v budoucnu navázat.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/samolecba-jako-odpoved-na-potreby-pacientu-i-zdravotnih-o-systemu/2444447>