



Comune di Bologna



FARMACI

LA CAROVANA O.N.L.U.S.

Via Pellizza da Volpedo 30 - 40139 Bologna

Tel. 051 494721 - Fax 051 548547

Sito: lacarovanacoop.com

Email: info@lacarovanacoop.com

CHE COSA SONO?

Si definisce farmaco qualsiasi sostanza, inorganica o organica, naturale o sintetica, capace di produrre in un organismo vivente modificazioni funzionali, utili o dannose, mediante un'azione chimica, fisico-chimica o fisica.

Da tempo immemorabile l'essere umano ha usato i **farmaci** nell'intento di scacciare dolori e malesseri.

I farmaci, sintetici o naturali, vanno usati con consapevolezza, solo in caso di necessità e sempre consultando un medico, anche quando per l'acquisto non è richiesta la prescrizione.

Il sintomo è un segnale che il corpo invia per segnalare un bisogno al quale dobbiamo dare ascolto senza fare valutazioni affrettate.

Azzerare il sintomo con un farmaco, senza eliminare la causa del malessere, porterà probabilmente alla sua ricomparsa.

Se il sintomo è espressione di un malessere psicologico non va cancellato con un farmaco. È più efficace trovare il modo di parlarne per fare chiarezza su ciò che proviamo.

La conoscenza di sé, del proprio corpo, dei propri stati d'animo e del proprio stile di vita è alla base dell'utilizzo consapevole dei medicinali.

CONSIGLI PRATICI:

- 1) Non usare farmaci su consiglio di amici e non lasciarti condizionare dalla pubblicità;
- 2) Assumi il farmaco rispettando la posologia indicata dal medico (dose, modalità e tempo di somministrazione);
- 3) Se assumi più farmaci contemporaneamente consulta sempre il tuo medico o farmacista, seguendone i consigli;
- 4) Non interrompere arbitrariamente una terapia;
- 5) Controlla sempre la data di scadenza del farmaco prima del suo utilizzo: alcuni farmaci (colliri, sciroppi, gocce, spray), una volta aperti, scadono prima della data indicata sulla confezione;
- 6) Conserva la confezione originale integra con il foglietto illustrativo (da leggere), non solo per controllare la scadenza, ma anche per evitare confusioni ed utilizzi diversi dalle indicazioni;

- 7) Conserva i farmaci in un luogo fresco e asciutto, utilizzando il frigorifero se è espressamente specificato;
- 8) Tieni sempre i farmaci lontani dalla portata dei bambini;
- 9) Non utilizzare confezioni vuote di farmaci per conservare altri prodotti;
- 10) Non buttare i farmaci nella spazzatura;
- 11) Fai attenzione a non scambiare misurini, contagocce e cucchiari tra i vari farmaci, i dosaggi potrebbero essere diversi;
- 12) Annota sulla scatola la data di apertura per evitare una diminuzione della sicurezza del farmaco, che deve essere sempre usato nel termine prescritto (es. colliri o spray nasali, da utilizzare entro 15/20 giorni dall'apertura);
- 13) Evita di curarti da sola durante la gravidanza e l'allattamento;
- 14) Non assumere farmaci se hai fatto uso di bevande alcoliche;
- 15) Non bere alcolici se hai assunto **farmaci**;
- 16) Non metterti alla guida se hai assunto farmaci che possono dare sonnolenza o altri effetti collaterali pericolosi.

ATTENZIONE

L'utilizzo eccessivo o sbagliato di medicine può portare ad una vera e propria dipendenza da farmaci. L'abuso di medicinali è stato definito dall'OMS come **"l'indigestione di un farmaco indipendentemente da necessità medicinali o in quantità non necessarie"**.

Ciò che costituisce o viene definito come uso e abuso non dipende dai soli fattori farmacologici o dall'interazione fra l'essere umano e la sostanza, ma anche dal valore sociale del momento. Oggi siamo sollecitati, dalla pubblicità o dalle abitudini diffuse, a prendere **"pillole"** per calmarci quando siamo nervosi, stimolarci quando siamo fiacchi, dimagrirci se siamo grassi, svegliarci quando siamo insonnoliti, addormentarci se siamo svegli, divertirci a una festa orrenda...