

Twoje zdrowie w Twoich rękach. Dbaj o nie odpowiedzialnie 24/7!

Dziś obchodzimy Międzynarodowy Dzień Samoleczenia, wyjątkową okazję do podkreślenia roli odpowiedzialnego samoleczenia oraz edukacji pacjentów w codziennym życiu. W obliczu rosnących wyzwań w systemie opieki zdrowotnej, samoleczenie staje się kluczowym elementem zarządzania zdrowiem.

Najnowsze dane potwierdzają, że 55% drobnych dolegliwości u pacjentów w Polsce jest adresowanych w ramach ich samodzielnego dbania o zdrowie. Umożliwia to natychmiastowe podjęcie terapii, co prowadzi do zmniejszenia nasilenia objawów i skraca czas ich występowania. Pełne wykorzystanie potencjału samoleczenia i samoopieki to nie tylko korzyści dla pacjenta, ale również dla całego systemu opieki zdrowotnej. Odpowiedzialne samoleczenie to świadome podejmowanie decyzji dotyczących własnego zdrowia, które zaczyna się od zdobycia odpowiedniej wiedzy. Edukacja pacjentów jest kluczowa, aby mogli oni podejmować bezpieczne i skuteczne decyzje dotyczące stosowania leków bez recepty (OTC). Informowanie o właściwym stosowaniu leków, rozpoznawanie symptomów wymagających konsultacji z lekarzem oraz zrozumienie przeciwwskazań i interakcji lekowych to podstawy odpowiedzialnego samoleczenia.

Leki OTC odgrywają istotną rolę w codziennym życiu pacjentów i konsumentów. Mogą skutecznie łagodzić objawy wielu powszechnych dolegliwości, takich jak ból, przeziębienie, alergie czy niestrawność. Dzięki temu pacjenci mogą szybko i skutecznie reagować na pierwsze oznaki choroby, co często zapobiega jej dalszemu rozwojowi i minimalizuje potrzebę interwencji medycznej. Profilaktyka zdrowotna, w tym odpowiednia dieta, regularna aktywność fizyczna i zdrowy styl życia, są kluczem do dobrego samopoczucia i długowieczności. Produkty OTC, takie jak suplementy diety i wyroby medyczne, mogą znacząco wspierać te działania, dostarczając niezbędnych składników odżywczych, wspomagając układ odpornościowy i poprawiając ogólny stan zdrowia.

Jak wskazuje niedawno opublikowany raport "Rola samoleczenia w systemie opieki zorientowanym na wartość zdrowotną," opracowany przez Uczelnię Łazarskiego we współpracy z PASMI, w Unii Europejskiej codziennie odnotowuje się 3,3 miliona przypadków drobnych dolegliwości. W Polsce system ochrony zdrowia oszczędza rocznie dzięki samoleczeniu **ponad 41 mln wizyt**. Pełne wykorzystanie potencjału samoleczenia i samoopieki może uwolnić zasoby kadrowe i środki finansowe, które mogą być przeznaczone na realizację potrzeb zdrowotnych pacjentów z poważniejszymi dolegliwościami. Wymaga to jednak systemowego podejścia, w tym edukacji pacjentów wspieranej przez profesjonalistów – lekarzy, farmaceutów i pielęgniarki.

Ewa Jankowska, Prezes Zarządu PASMI Związku Pracodawców „Polski Związek Producentów Leków Bez Recepty”, podkreśla: „**Dzięki odpowiedniej edukacji zdrowotnej, pacjenci są w stanie skutecznie zarządzać drobnymi dolegliwościami, co przekłada się na odciążenie systemu opieki zdrowotnej. Kluczem do sukcesu jest dostęp do rzetelnych źródeł wiedzy oraz wsparcie ze strony lekarzy, farmaceutów i organizacji pacjenckich. Farmaceuci jako pierwsza linia kontaktu w systemie ochrony zdrowia, mają unikalną pozycję w doradzaniu pacjentom na temat właściwego stosowania leków OTC. Mogą edukować pacjentów na temat przeciwwskazań, interakcji lekowych oraz monitorować bezpieczeństwo stosowanych terapii.**

Niezależnie lekarze powinni wspierać pacjentów w samoleczeniu poprzez edukację na temat kiedy i jak bezpiecznie stosować leki OTC, a także jakie symptomy wymagają konsultacji lekarskiej. Mogą również pomagać w integracji samoleczenia z bardziej zaawansowanymi formami terapii.”

Międzynarodowy Dzień Samoleczenia to doskonała okazja, aby przypomnieć o znaczeniu odpowiedzialnego samoleczenia i edukacji pacjentów. Leki OTC, suplementy diety oraz wyroby medyczne są nieocenionym wsparciem w codziennym życiu, ale ich skuteczne i bezpieczne stosowanie wymaga odpowiedniej wiedzy i świadomości.

PASMI Związek
Pracodawców „Polski
Związek Producentów
Leków Bez Recepty

ul. Miodowa 14
00-246 Warszawa

www.pasmi.pl
e-mail: biuro@pasmi.pl
tel.: 22 300 95 10

PASMI aktywnie współpracuje z organizacjami europejskimi, których cele i działania są zbieżne z działalnością statutową PASMI. Jest członkiem AESGP – Europejskiego Stowarzyszenia producentów Leków OTC. Obecnie Związek zrzesza 19 podmiotów: Aboca, Adamed, Bayer, Biocodex, Haleon, Kenvue, Klosterfrau, MagnaPharm, Mayoly Polska, Opella Healthcare (Sanofi), Perrigo Poland, Polpharma, Polski Lek-Dystrybucja, Procter&Gamble Health Poland, Reckitt Benckiser, Tarchomińskie Zakłady Farmaceutyczne POLFA, Teva, USP Zdrowie, Verco.