

# Zgodovina samozdravljenja in zdravil brez recepta

## The history of self-medication and non-prescription medicines

Nina Pisk

### Uvod

Že od zelo zgodnjih obdobj človeštva je znano, da si je poškodovana ali bolna oseba najprej pomagala sama pri odpravi zdravstvene težave. Sprva je človek med iskanjem hrane našel tudi rastline, minerale in živali, ki so bili hranljivi in hkrati blagodejno vplivali na njegovo počutje in zdravje. Uporabljali so večinoma surove, nepredelane materiale. Z opazovanjem učinkov na telo so našli materiale oziroma snovi, ki so jih za povrnitev zdravja na začetku uporabljali le zunanje, medtem ko si vzrokov za notranje bolezni še niso znali razložiti in so jim največkrat pripisovali nenaraven vzrok. Večina informacij o delovanju posameznih snovi je bila znana med ljudmi, nekatere pa so vendarle bile skrivnost sester, zdravnikov in menihov. V srednjem veku skrb za zdravje večinoma prevzamejo zdravniki, farmacevti pa pogosto sodelujejo z menihi v samostanih, kjer gojijo zdravilne rastline in pripravljajo izdelke, namenjene odpravljanju zdravstvenih težav. Skrb za človekovo zdravje in znanje se vse bolj izpopolnjujeta, zato se zdravljenje in priprava izdelkov za zdravljenje v 13. stoletju razdeli na medicino in farmacijo. Proti koncu 18. stoletja nastanejo prvi lekarniški laboratoriji in zdravila, ljudje pa pomoč in nasvete pri odpravi zdravstvenih težav že iščejo v lekarni. 19. stoletje je obdobje organske kemije in s tem se izrazito poveča število zdravil (1). Zadnja desetletja pa so spremembe na področju zdravstva in odnosa ljudi do lastnega zdravja vodile do razširjenja promocije zdravega načina življenja, vzpodbujanja skrbi za lastno zdravje ter vzpodbujanja samozdravljenja. S tem postaja javna lekarna vse bolj prepoznana s svetovalno vlogo in razpoložljivostjo izdelkov za samozdravljenje. Razvoj samozdravljenja je narekoval tudi definiranje procesa samozdravljenja in postavitve zahtev za tako zdravljenje.

### Stališča in zahteve mednarodnih organizacij

Trdne osnove za razvoj samozdravljenja v svetu in vzporedno z njim za razvoj recepta prostih zdravil je postavila Svetovna zdravstvena organizacija (SZO) na konferenci v Alma Ati že septembra 1987. Samozdravljenje je opredelila kot pozitivni družbeni pojav, hkrati pa se je z deklaracijo zavzela za pravico in seveda dolžnost bolnika, da sodeluje pri samozdravljenju. Deset let kasneje je SZO v okviru akcij »Zdravje za vse do leta 2000« natančneje opredelila pozitivno vlogo

zdravil za samozdravljenje. Ti izdelki hitro in učinkovito lajšajo bolezenske težave, pri katerih ni potreben zdravniški nasvet; razbremenijo prenapolnjene zdravniške ambulante, kar je še zlasti pomembno, ko so zmogljivosti omejene; širijo dostopnost zdravljenja, zlasti v oddaljenih krajih, kjer zdravnika ni. SZO je opredelila tudi terapevtska tveganja, ki se jim je potrebno izogniti (nepravilna diagnoza, nepravilna izbira zdravljenja, nepravilna uporaba zdravila, nezadostno ali čezmerno odmerjanje, prepozno iskanje zdravniške pomoči) in smernice za ocenitev uporabe zdravil pri samozdravljenju. Ker so zdravila za samozdravljenje namenjena, da jih porabniki uporabijo na svojo lastno odgovornost, definira tudi zaželenosti zdravil za samozdravljenje: pogostost hudih neželenih učinkov naj bo majhna; običajnejši neželeni učinki naj bodo reverzibilni; zdravilo naj bo varno tudi ob daljši uporabi; zdravilo naj ne bo toksično; možnost ustvarjanja odvisnosti naj bo minimalna; zdravilo naj nima resnih interakcij z običajno hrano in drugimi zdravili; navedene naj bodo ogrožene skupine. Tudi mednarodna farmacevtska federacija (FIP) je na 53. svetovnem kongresu farmacevtov 1993 zaradi povečanja uporabe recepta prostih zdravil in širjenja nabora učinkovitih zdravil definirala vlogo farmacevta pri samozdravljenju in sicer kot del farmacevtske skrbi v okviru Dobre lekarniške prakse. Poudarili so, da se farmacevtova vloga bistveno ne razlikuje pri izdaji zdravil na recept ali brez njega. Leta 1997 na simpoziju o samozdravljenju v Bruslju evropska združenja zdravnikov, farmacevtov in proizvajalcev zdravil sprejmejo skupna stališča pod naslovom Samozdravljenje v Evropi in podajo definicije, smernice za zdravila brez recepta, namen, kriterije in primerna stanja za samozdravljenje (2). V zadnjem obdobju so značilni tudi številni preklopi režima izdaje zdravil na recept v status brez recepta, zato je SZO junija 2010 opozorila na odgovorno samozdravljenje, odgovornost posameznih deležnikov v procesu samozdravljenja ter racionalno uporabo zdravil.

### Razvoj samozdravljenja v Sloveniji

Pomen samozdravljenja je bil v našem prostoru izpostavljen že na simpoziju Avtomedikacija, ki ga je organiziralo Slovensko farmacevtsko društvo 1974. Opozorili so na dejstvo, da je samozdravljenje potrebno nadzorovati z vidika pravilne izbire zdravila ter s pravilnim in uporabnim nasvetom strokovnjaka, ki zdravilo izda (3).

Zakon o dajanju zdravil v promet iz leta 1986 opredeljuje izdelke in substance rastlinskega, živalskega, mineralnega ali sintetičnega izvora, ki pomagajo učinku zdravil ali drugih terapevtskih postopkov ali ga omogočajo, in sredstva blagega učinka, ki so lahko koristna pri določenem stanju bolezni ali v določeni življenjski dobi kot pomožna zdravilna sredstva (PZS). Ti izdelki so bili posebna skupina zdravil, postopek registracije PZS v Sloveniji pa je bil dogovorjen in določen s Pravilnikom o posebnih pogojih za promet s pomožnimi zdravilnimi sredstvi ter Poslovnikom komisije za dajanje strokovnega mnenja za registracijo pomožnih zdravilnih sredstev (4).

Z vstopom v Evropsko unijo pa je tudi Slovenija harmonizirala zakonodajo z uredbami in direktivami, ki veljajo za področje zdravil brez recepta v državah EU. Področje samozdravljenja (zlasti razdelitev zdravil na izdajo v lekarnah ter izdajo v lekarnah in specializiranih prodajalnah, namen uporabe, simptome in znake zdravstvenih težavah, pooblaščenim osebam za izdajo, označevanje zdravil in pisanje navodil za uporabo ter oglaševanje) natančneje določajo Zakon o zdravilih in Zakon o medicinskih pripomočkih ter pripadajoči pravilniki: Pravilnik o razvrščanju, predpisovanju in izdajanju zdravil za uporabo v humani medicini; Pravilnik o označevanju zdravil in navodilu za uporabo; Pravilnik o oglaševanju zdravil (5). Farmaceutovo posredovanje je natančneje opredeljeno v Kodeksu lekarniške deontologije.

### Zaključek

Z razširitvijo pojava samozdravljenja je v zadnjih desetletjih ves čas prisotna tudi skrb ne samo za varne, učinkovite, neškodljive in kakovostne izdelke, temveč tudi za ustrezno strokovno usposobljenost lekarniških farmacevtov in farmacevtskih tehnikov z organizacijo več izobraževanj. Po zgledu komunikacijskih protokolov za samozdravljenje v svetu je bil z namenom zagotavljanja kakovosti svetovanja tudi v Sloveniji izdelan Procesni model za svetovanje pri samozdravljenju (oseba želi zdravilo – izdelek / oseba želi nasvet za simptom), ki je bil novembra 2004 potrjen na Razširjenem strokovnem kolegiju za lekarniško farmacijo in poslan v obliki priporočila.

### Literatura:

1. Chauncey D. Leake. The history of self-medication. Annals New York Academy of Sciences. Volume 120. July 1965. 815-822.
2. Pisk N. Priprava in ovrednotenje komunikacijskega protokola v lekarniško vodenem procesu samozdravljenja. Magistrsko delo, Ljubljana, 2002.
3. Avtomedikacija – simpozij. Plen SFD. Radenci, 1. in 2. junij 1974. Slovensko farmacevtsko društvo, Ljubljana, 1974.
4. Pomožna zdravilna sredstva. Zavod za farmacijo in preizkušanje zdravil. Ljubljana, 1992.
5. Zakon o zdravilih. Uradni list RS, št. 32/2006 in 45/2008. <http://www.uradni-listi.si>. Dostopano: 04. 2011.