

RAZŠIRJENOST NEŽELENIH UČINKOV MED RECEPTA PROSTIMI ZDRAVILI IN ZDRAVILI NA RECEPT V OBČINI SLOVENSKA BISTRICA

THE INCIDENCE OF UNTOWARD SIDE-EFFECTS OF OTC AND PRESCRIBED DRUGS IN THE MUNICIPALITY OF SLOVENSKA BISTRICA

Jana Golub¹, Igor Švab²

Prispelo: 19. 4. 2006 - Sprejeto: 15. 2. 2007

Izvirni znanstveni članek
UDK 615.017

Izveleček

Izhodišča: Podatkov o uporabi zdravilnih rastlin za samozdravljenje med prebivalci Slovenije je zelo malo. Ker se pri svojem vsakdanjem delu zdravnik srečuje z različnimi bolnikovimi težavami, ki so tudi lahko posledica neželenih učinkov zaradi medsebojnega delovanja zdravil, predpisanih na recept, in zdravil, ki jih bolniki uporabljajo za samozdravljenje, me je zanimalo, kakšna je razširjenost le-teh v občini Slovenska Bistrica.

Bolniki in metode: Raziskava je potekala v obliki anket oziroma vprašalnikov, razdeljenih naključnim bolnikom v splošnih ambulantah občine Slovenska Bistrica. Ugotavljala sem pogostost uporabe zdravilnih zelišč med prebivalci in uporabe drugih zdravil sinteznega izvora za samozdravljenje ter možne neželene učinke ob njihovi sočasni uporabi z zdravili, predpisanimi na recept.

Rezultati: V raziskavo sem vključila 597 naključno izbranih bolnikov različnih starosti. Iz raziskave sta bila izključena le 2 neveljavna anketna lista. Bolniki so bili obeh spolov. Nekateri bolniki, vključeni v raziskavo, so bili popolnoma zdravi, nekateri pa so se zdravili zaradi ene ali več bolezni hkrati. Tako kronični bolniki kot zdrave osebe so uporabljale poleg zdravil, predpisanih na recept, pripravke iz zdravilnih rastlin ali druga zdravila sinteznega izvora, ki so jih kupili brez recepta v lekarni. Uporabljali so jih zaradi kurativnih in iz preventivnih razlogov. Najbolj uporabljane rastline so bile česen, šentjanževka, ginko, grenivka in njen sok, glog, ginseng in baldrijan. O neželenih učinkih so poročali bolniki, ki so uporabljali zdravilne rastline, kot tudi bolniki, ki so uporabljali zdravila sinteznega izvora za samozdravljenje in sicer ob sočasnem jemanju z drugimi zdravili, predpisanimi na recept. Primerjala sem pogostost neželenih učinkov v obeh skupinah.

Zaključek: Sočasno jemanje zdravil za samozdravljenje bodisi sinteznega bodisi naravnega izvora z zdravili, predpisanimi na recept, zvišuje pogostost neželenih učinkov. Dobro poznavanje možnih interakcij med temi zdravili, poznavanje svojega bolnika in njegovih navad ter aktivno povpraševanje po morebitnem sočasnem jemanju drugih pripravkov ali zelišč bistveno olajša in skrajša diagnostične postopke in zdravljenje ob morebitnem pojavu neželenih učinkov. Zato je zelo pomembno da so zdravniki družinske medicine s samozdravljenjem bolnikov dobro seznanjeni.

Ključne besede: samozdravljenje, neželeni učinki, zdravilne rastline

Original scientific article
UDC 615.017

Abstract

Background: There is a paucity of data on the usage of medicinal herbs for self healing in Slovenia. Among various health problems that doctors encounter in their everyday practice, some may be due to untoward side-effects from

¹Ambulanta družinske medicine, Partizanska 30, 2310 Slovenska Bistrica

²Medicinska fakulteta v Ljubljani, Katedra za družinsko medicino, Poljanski nasip 58, 1000 Ljubljana

Kontakti naslov: e-pošta: jana.golub@zd-sb.si

prescription drugs or from medicines taken for self healing. The objective of the paper was to investigate this issue in the Slovenska Bistrica community.

Patients and methods: The survey questionnaire was distributed to a random sample of population registered with GP offices in the Slovenska Bistrica municipality. Our aim was to determine the rate of herbal and other synthetic medicines being used by the population for self healing, and to determine possible side-effects occurring as a result of combining the former medication with drugs prescribed by the doctor.

Results: The survey included a random sample of 597 patients of both sexes and different ages. Only two questionnaires were excluded as being invalid. Some of the individuals participating in the survey were completely healthy and some received treatment for one or several illnesses. Healthy subjects and patients with chronic diseases took prescribed drugs, as well as herbal preparations and other synthetic over-the-counter drugs for both curative and preventive purposes. Garlic, St. John's wort, ginkgo, hawthorn, ginseng, valerian and grapefruit juice were the most commonly used herbs. The frequency of side-effects reported by patients taking herbal preparations was compared with that reported by individuals using synthetic medicines along with other prescribed drugs.

Conclusion: Combining synthetic or herbal preparations for self-healing with prescription medicines was found to increase the incidence of undesirable side-effects. To facilitate and shorten the diagnostic work in patients experiencing side-effects, it is essential to be familiar with possible interactions between various medicines and to know the patient's habits, as well as to actively inquire as to whether he/she uses prescribed drugs together with other preparations or herbs.

Key words: self-healing, undesirable side-effects, medicinal herbs

Uvod

Fitoterapija je zdravljenje z zdravili rastlinskega izvora in je ena najstarejših oblik zdravljenja(1). Zdravilne rastline so v medicini uporabljali že stoletja zaradi različnih razlogov: socialnih, verskih, znanstvenih, političnih in psiholoških (2-3).

Uporaba fitoterapije v svetu narašča. V Evropi je uporaba zeliščnih pripravkov najbolj razširjena v Nemčiji. V ZDA 30 % populacije uporablja zeliščne pripravke (4,5,6).

Zdravilne rastline so zelo priljubljene med ljudmi, ker njihovim uporabnikom zaradi naravnega izvora dajejo občutek varnosti in neškodljivosti. Znanje ali neznanje o njihovi uporabi in "indikacijah" se prenaša iz roda v rod od babice, mame, tete na otroke in tako naprej. Zaradi prepričanja o njihovi varnosti kar 70 % uporabnikov svojega zdravnika ne obvesti o uporabi, zdravniki pa o tem tudi ne sprašujejo (7). Ne glede na to, ali so številni zdravilni pripravki v veliki meri povezani s tradicionalno uporabo, je potrebna minimalna strokovnost in ustrezna obravnava za njihovo uporabo(8).

Najbolj pogoste zdravilne rastline in njihove interakcije

V naših krajih bolniki najbolj pogosto uporabljajo šentjanževko, česen, ginko, glog, baldrijan pa tudi sok

grenivke ni zanemarljiv. Vse naštetje zdravilne rastline so lahko zelo koristne kot dodatna terapija, lahko pa povzročijo tudi kar hude neželene učinke, še posebej v kombinaciji z določenimi zdravili. Tako lahko šentjanževka v kombinaciji s selektivnimi zaviralci privzema serotonina privede do serotoninkega sindroma (8,10,11,12). Pri sočasnem jemanju kalcijevih antagonistov z grenivko pa se njihova koncentracija v krvi pomembno poveča (celo dvakratno povečanje je možno) (12,17).

Namen raziskave

Namen raziskave je bil ugotoviti razširjenost neželenih učinkov med recepta prostimi zdravili in zdravili na recept v občini Slovenska Bistrica. V raziskavo so bili zajeti bolniki vseh starostnih skupin iz občine. Ob vrednotenju rezultatov smo prišli tudi do podatkov o razširjenosti samozdravljenja, kar pa ni bil naš osnovni namen.

Bolniki in metode

Raziskava temelji na rezultatih vprašalnikov, razdeljenih naključnim bolnikom v ambulantah družinske medicine, šolskih in otroških ambulantah ter ginekološkem dispanzerju.. Raziskava je potekala od aprila do junija

2005. Vprašalnike so prejeli bolniki, ki so obiskali v tem obdobju naše ambulate ne glede na spol ali bolezensko stanje. Vključeni so bili bolniki vseh starostnih skupin, starejših od 18 let. V vprašalniku so se bolniki opredelili glede jemanja zdravil za samozdravljenje in za katere indikacije jih uporabljajo. Odgovarjali so tudi na vprašanja, ali jemljejo še katera druga, ki jim jih je predpisal zdravnik, in ali so imeli kakršne koli neželene učinke ob uporabi zdravil za samozdravljenje v kombinaciji z ostalimi zdravili.

Rezultati

V raziskavo je bilo vključeno 597 bolnikov obeh spolov, starejših od 18 let. Zaradi neveljavnih vprašalnikov sem iz raziskave izključila 2 vprašalnika. Vprašalnike je izpolnilo 184 moških (31 %) in 411 žensk (69 %)

Od 595 bolnikov, ki so pravilno izpolnili vprašalnik, se jih 235 (39,5 %) ne zdravi zaradi nobene kronične bolezni ali ne jemlje redno nobenega zdravila.

Ostali bolniki so največ uporabljali zdravila s protivnetnim in protirevmatičnim učinkom - 143 oziroma 15,53 %, 139 bolnikov (15,09 %) pa je jemalo antihipertenzive. Podrobnejša zastopanost uporabljenih zdravil je navedena v Tabeli 1.

498 bolnikov (83,61 %) redno uporablja zdravila za samozdravljenje. Največ jih uporabljajo za lajšanje bolečin in znižanje temperature, sledijo želodčne težave in prebavne motnje.

Med najbolj priljubljena zdravila zeliščnega izvora, ki jih bolniki uporabljajo, so pripravki česna (31,43 %), šentjanževke 18,99 %, sledijo grenivka (6,39 %), glog in baldrijan z 6,22 %, ginko s 3,03 % in ginseng z 1,01 %. 308 bolnikov (51,76 %) ne uporablja zeliščnih pripravkov.

Tabela 1. Zastopanost uporabljenih zdravil.

Table 1. Usage of drugs.

Zdravilo (ATC klasifikacija) / Drug (ATC classification system)	št. / no.	%
Zdravila za bolezni srca / Drugs to treat heart diseases	53	5,75
Antihipertenzivi / Antihypertensives	139	15,09
Zdravila, za zmanjšanje ravni serumskih lipidov / Lipid-lowering agents	68	7,38
Zdravila za zdravljenje diabetesa / Diabetes medications	35	3,80
Zdravila z delovanjem na živčevje / Drugs acting upon the nervous system	61	6,62
Zdravila za zdravljenje GIT funkcionalnih motenj / Drugs to treat functional gastrointestinal disorders	48	5,21
Zdravila s protivnetnim in protirevmatičnim učinkom / Antirheumatic and antiinflammatory drugs	143	15,53
Spolni hormoni in zdravila za uravnavanje delovanja spolovil / Sexual hormones and genital function enhancing drugs	39	4,23
Antitrombotiki / Antithrombotics	57	6,19
Antihistaminiki za sistemsko zdravljenje / Systemic antihistaminics	42	4,56
Se ne zdravi / Takes no medication	235	25,52

13,21 % anketiranih je imelo ob sočasni uporabi zdravil zeliščnega izvora z zdravili predpisanimi na recept neželene učinke. Ti so se izražali v obliki glavobola in slabosti (3,51 %), večjo zaspanost je imelo 2,68 % vprašanih, srčne aritmije je navajalo 2,01 % bolnikov, bolečine v mišicah 1,67 %, bruhanje in drisko ter spremembe v obnašanju pa je imelo 1,34 % bolnikov. Večji padec krvnega tlaka ali celo večje zvišanje pa je imelo 0,84 % bolnikov. Manjše krvavitve je imelo tudi 0,84 % bolnikov (Tabela 2).

V raziskavi smo tudi spremljali uporabo zdravil sinteznega izvora za samozdravljenje in njihove neželene učinke. Le 98 bolnikov (16,39%) je odgovorilo, da zdravila sinteznega izvora v prosti prodaji po lastni presoji ne uporablja. Ostali bolniki (83,61%) uporabljajo zdravila predvsem za blažitev glavobola, bolezni v sklepih in hrbtenici ali za znižanje povišane telesne temperature ali celo kot preventivni ukrep (acetilsalicilna kislina). Najbolj priljubljeni so pripravki paracetamola (69,39 %), acetilsalicilne kiseline (20,57 %), naproksena

s 16,72 % ter mešani pripravki proti gripi in prehladu (ColdrexR, Daleron cold 3R) z 11,04 %. Sledijo jim natrijev metamizolat (3,01 %), ibuprofen (2,51 %) in mešani protibolečinski praški (2,17 %).

28,07 % vprašanih je uporabljalo po 2 zdravili, 4,03 % po 3 zdravila hkrati z zdravili, predpisanimi na recept. 2 bolnika (0,34 %) sta uporabljala celo 5 pripravkov po lastni presoji hkrati z zdravili, predpisanimi na recept. Ob sočasni uporabi zdravil sinteznega izvora za samozdravljenje in zdravil, predpisanih na recept, je imelo 7,73 % bolnikov neželene učinke. Najbolj pogosti neželeni učinki so bili slabost (3,19 %) in glavobol (2,52 %). O bolečinah v trebuhu je poročalo 1,68 % anketiranih, 1,0 % pa o nespečnosti in bruhanju z drisko. 0,84 % bolnikov je tožilo zaradi aritmij in bolečin v mišicah, za povišan krvni tlak in spremembe v obnašanju pa je poročalo 0,67 % bolnikov. Le 0,34 % bolnikov je imelo neznatne krvavitve iz nosu. 2 stranska učinka hkrati je imelo 8 bolnikov, kar je 1,34 %, 3 stranske učinke pa je imelo 1,01% bolnikov.

Tabela 2. Zastopanost neželenih učinkov.

Table 2. Undesirable side-effects.

Neželeni učinek / Undesirable side-effect	št. / no.	%
Krvavitve / Bleeding	5	0,84
Glavobol / Headache	21	3,51
Nespečnost / Insomnia	14	2,34
Večje znižanje krvnega tlaka / Substantial drop in blood pressure	5	0,84
Aritmije / Arrhythmia	12	2,01
Večja zaspanost / Substantial sleepiness	16	2,68
Slabosti / Malaise	21	3,51
Povišan krvni tlak / Hypertension	5	0,84
Bruhanje in driska / Vomiting and diarrhea	8	1,34
Bolečine v trebuhu / Abdominal pain	15	2,51
Bolečine v mišicah / Muscle pain	10	1,67
Nervoza in spremembe v obnašanju / Nervosity and behaviour changes	8	1,34
Brez stranskih učinkov / No side-effects	518	86,62

Razprava

Raziskava je pilotna študija, v kateri sem poskušala ugotoviti, koliko bolnikov v občini Slovenska Bistrica uporablja pripravke za samozdravljenje in kakšen je delež bolnikov med njimi, ki so imeli neželene učinke ob sočasni uporabi le-teh z zdravili, predpisanimi na recept. V ta namen sem uporabila vprašalnik, v katerem je bilo 11 vprašanj, s katerimi sem poskušala dobiti čimveč podatkov. Anketiranci so odgovarjali na enostavna vprašanja z že ponujenimi možnimi odgovori o tem, katere zeliščne pripravke jemljejo in ali so imeli kakršne koli neželene učinke ob sočasnem jemanju z zdravili, predpisanimi na recept. Odgovarjali so tudi na enostavna vprašanja s ponujenimi možnimi odgovori o jemanju drugih zdravil brez recepta in o morebitnih neželenih učinkih ob sočasnem jemanju le-teh z zdravili, predpisanimi na recept. Vprašanja so enostavna in niso zahtevala višje inteligenčne zmogljivosti za njihovo reševanje, le uporabo očal pri slabovidnih. Vprašalnik ima nekaj pomanjkljivosti. Je zelo splošen in iz njegovih rezultatov ne dobimo konkretnih informacij o tem, katere natančne diagnoze imajo bolniki, in konkretno katera zdravila jemljejo. Na vprašanje o pojavu neželenih učinkov ob sočasnem jemanju zdravil za samozdravljenje z zdravili, predpisanimi na recept, ne dobimo natančnih podatkov, ali so to resnično bili neželeni učinki ali kakršnokoli drugo zdravstveno stanje, ki je časovno sovpadalo z jemanjem dodatnih zdravil, saj je zelo malo bolnikov obiskalo svojega zdravnika ob pojavu teh ali ga obvestilo o tem. Z vprašalnikom ne moremo natančno ugotoviti, ali bolniki, ki uporabljajo dodatna, receptov prosta zdravila sinteznega izvora, uporabljajo le-te redno ali občasno, ter ali tisti bolniki, ki so našli uporabo več zdravil za samozdravljenje, le te uporabljajo posamezno, več zdravil hkrati, občasno ali redno.

Kljub navedenim pomanjkljivostim so rezultati raziskave, ki sem jih dobila, zelo zaskrbljujoči in za zdravnika družinske medicine nadvse pomembni. Podobnih študij v Sloveniji je malo, bolj natančnih sploh ni, zato rezultatov svoje pilotske študije ne morem primerjati s podobno, narejeno v naših krajih. So pa rezultati podobni raziskavam narejenim v drugih državah Evrope (Nemčija). Glede na to, da uporaba pripravkov za samozdravljenje pri nas narašča in bo glede na pripravo nove zakonodaje naraščala še bolj, bo potrebno narediti še več natančnih študij ali morda eno večjo resno multicentrično študijo, v kateri bi sodelovalo večje število zdravnikov družinske medicine in farmacevtov.

Zaključek

Pri svojem delu družinskega zdravnika se pogosto srečujem z različnimi simptomi in bolezenskimi znaki, ki jih ni možno uvrstiti ali specifičirati kot bolezensko entiteto. Zato me je zanimalo, ali v okolici, v kateri opravljam svojo prakso, bolniki uživajo dodatna zdravila bodisi zeliščnega ali sinteznega izvora, ki bi lahko bila vzrok njihovim težavam. S pomočjo in razumevanjem svojih kolegov v ZD Slovenska Bistrica sem naredila raziskavo, v katero sem poskušala vključiti čim večje število ljudi iz širše okolice Slovenske Bistrice. Ugotovila sem, da ljudje kljub zaupanju v svojega zdravnika zelo radi posegajo v "domače lekarne" z namenom, da bi na čim bolj naraven način povrnili oziroma izboljšali svoje zdravje. Brez vednosti zdravnika uporabljajo zdravila za samozdravljenje tako naravnega in sinteznega izvora. S tem velikokrat želijo "potencirati" učinek zdravil, ki jim jih je zdravnik predpisal na recept. V raziskavi se je pokazalo, da so neželeni učinki, s katerimi se srečujem v ambulantni, mnogokrat posledica takšnega početja. Pri tem jim aktivno "pomagajo in svetujejo" različni mediji, kot so televizija, časopisi, radijske oddaje, ali celo "izkušene" babice, tete, sosede, prijatelji in znanci. Večina se jih ne zaveda, da v mnogih primerih s samozdravljenjem brez vednosti zdravnika dodatno ogrožajo svoje zdravje. Zdravniki moramo pri svojem delu biti zelo natančni, pronicljivi, aktivno moramo poslušati in spraševati o morebitnem dodatnem samozdravljenju, saj se bomo le na ta način izognili neželenim učinkom, ki posledično terjajo dodatne diagnostične postopke in dodatno zdravljenje.

Literatura

1. Korošec L.: Fitoterapija. JAMA 1995; 4: 3-4.
2. Koutouvidis N, Papamichael E, Fotiadou A, Aristophane's wealth: ancient alternative medicine and its modern survival. JR Soc Med 1996; 89: 651-3.
3. Blumenthal NM. The complete German commission E monographs: therapeutic guide to herbal medicine. American Botanical Council, 1998.
4. De Smet PAGM. An introduction to herbal pharmacoepidemiology. J Ethnopharmacol 1993; 38: 197-208.
5. Fugh-Berman A. Clinical trials of herbs. Primary care 1997; 24: 889-903.
6. Astin JA. Why patients use alternative medicine: results of a national survey. JAMA 1998; 279: 1548-53.
7. Mahady GB, Parrot J, Lee C et al. Botanical dietary supplement use in peri- and postmenstrual women. Menopause 2003; 10: 65-72.
8. Blanka Kores - Plesničar, Barbara Razinger - Mihovec. Uporaba zdravilnih rastlin v psihijatriji, Zdrav Vestn 2001; 70: 741-6.
9. Zakon o zdravilih in medicinskih pripomočkih. ULRS, št. 101/99 in 70/00.

10. Ernst E. The risk-benefit profile of commonly used herbal therapies: Ginkgo, St. John's Wort, Ginseng, Echinacea, Saw Palmetto, and Kava. *Ann Intern Med* 2002; 136: 42-53.
11. Izzo AA, Ernst E. Interactions between herbal medicines and prescribed drugs: a systematic review. *Drugs* 2001; 61: 2163-75.
12. Kac J., Mlinarič A. Pomembne interakcije nekaterih zdravilnih rastlin z zdravili. *Zdrav. vestnik* 2004; 73: 667-71.
13. Beaburn G, Gray GE. A review of herbal medicines for psychiatric disorders. *Psychiatr serv* 2000; 51: 1130-4.
14. Piscitelli SC, Burstein AH, Chaitt D, Alfaro RM, Falloon J. Indinavir concentrations and St. John's Wort. *Lancet* 2000; 355: 547-8.
15. Ruschitzka F, Meier PJ, Turina M et al. Acute heart transplant rejection due to St. John's wort. *Lancet* 2000; 355: 548-9.
16. Le Bars PL, Katz MM, Berman N et al. A placebo-controlled, double blind, randomised trial of an extract of ginkgo biloba for dementia. *JAMA* 1997; 278: 1327-32.
17. Kane GC, Lipsky JJ. Drug - grapefruit juice interactions. *Mayo Clin Proc* 2000; 75: 933-42.
18. Newall CA, Anderson LA, Phillipson JD. Herbal medicines. A guide for health-care professionals. London: Pharmaceuticals Press, 1996.