



FARMACI & ESTATE

I Consigli di AIFA



AIFA

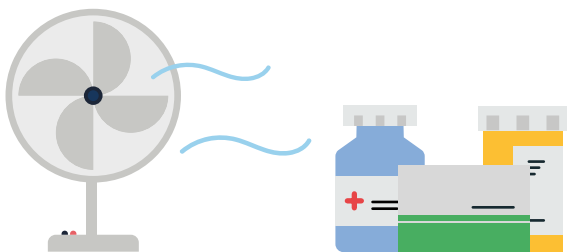
AGENZIA ITALIANA DEL FARMACO



Sole, caldo, viaggi. Tre buoni motivi per prestare più attenzione a come usiamo e conserviamo i farmaci per non ridurne l'efficacia, la qualità e la sicurezza. Da AIFA - Agenzia Italiana del Farmaco - ecco 8 semplici ma fondamentali consigli sull'uso dei tuoi farmaci durante l'estate.

CONSERVA I FARMACI IN LUOGHI ASCIUTTI E FRESCI.

- Se la temperatura non è specificata sul foglietto illustrativo, ricorda di tenere i medicinali in luogo fresco e asciutto, a una temperatura inferiore ai 25°. Esporli a temperature superiori per più di 2 giorni, ne anticiperebbe la scadenza.



VERIFICA SEMPRE LA GIUSTA TEMPERATURA SUL FOGLIO ILLUSTRATIVO.

- Se la temperatura di conservazione è specificamente indicata, non rispettarla potrebbe rendere i farmaci dannosi. Questo vale soprattutto per antibiotici, insulina, analgesici, adrenergici e sedativi.

- Ricorda che i farmaci a base di insulina vanno conservati in frigorifero. Una volta aperti possono essere conservati a temperatura ambiente, mentre congelarli potrebbe causare una perdita di efficacia.

- Conserva in ambienti freschi e a temperatura costante i farmaci per la tiroide, i contraccettivi e altri medicinali che contengono ormoni, perché sono particolarmente sensibili alle variazioni termiche.



Anche alterazioni di farmaci come la nitroglicerina, gli antiepilettici, gli anticoagulanti, l'insulina, gli antibiotici o l'aspirina possono essere rischiose. Una crema a base di idrocortisone, per effetto del calore, potrebbe separarsi nei suoi componenti e perdere di efficacia.

ALCUNI FARMACI POSSONO INDURRE REAZIONI CON L'ESPOSIZIONE AL SOLE. VERIFICA E PROTEGGITI.

- Dopo l'esposizione al sole alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione con manifestazioni cutanee come dermatiti, eczemi etc. Evita in questo caso l'esposizione tra le 11 e le 16, utilizza la protezione solare e per i medicinali in forma di gel o crema verifica sempre la compatibilità con l'esposizione al sole. Evita di utilizzare intorno agli occhi prodotti che potrebbero entrare in contatto con la superficie oculare.
- Controlla attentamente le istruzioni in caso di assunzione di antibiotici (tetracicline, chinolonici), sulfamidici, contraccettivi orali (pillola), antinfiammatori non steroidei (FANS), prometazina (antistaminico).
- Evita l'esposizione al sole, compreso il solarium, dopo l'applicazione di creme, gel, soluzioni, spray e cerotti a base di ketoprofene (fino a due settimane dopo il trattamento) o creme a base di prometazina, spesso utilizzate per le punture di insetti o allergie cutanee. In caso, lava accuratamente la zona interessata.



USA I FARMACI IN FORMULAZIONI SOLIDE, SI MANTENGONO MEGLIO QUANDO FA CALDO.

- D'estate, se possibile, utilizza i farmaci in formulazioni solide, sono infatti meno sensibili alle alte temperature rispetto alle formulazioni liquide.
- Ogni volta che ti sembra che il farmaco abbia un aspetto diverso dal solito o presenti dei difetti nel colore o nell'odore, non assumerlo senza prima aver consultato il tuo medico o il tuo farmacista.

PORTA I FARMACI CON TE NELLE LORO CONFEZIONI ORIGINALI.

- Quando viaggi potrebbe sembrarti naturale mettere farmaci diversi nello stesso contenitore, per risparmiare spazio e averli tutti insieme. Attenzione! Questo potrebbe crearti difficoltà a riconoscere date di scadenza, tipologie, avvertenze e dosaggi dei diversi farmaci.

NON ESPORRE I FARMACI AL SOLE E AL CALORE, IN VIAGGIO USA CONTENITORI TERMICI.

- Evita sempre di esporre i farmaci al sole. In viaggio, utilizza un contenitore termico in particolare per i farmaci spray e per quelli a base di insulina.
- Se affronti un lungo viaggio in auto, tieni i farmaci nell'abitacolo. Infatti, grazie all'areazione o all'uso dell'aria condizionata, l'abitacolo risulta più fresco del bagagliaio.



SE VIAGGI IN AEREO E USI FARMACI SALVAVITA, PORTALI NEL BAGAGLIO A MANO CON LE PRESCRIZIONI.

- Se viaggi in aereo porta con te per precauzione i farmaci nel bagaglio a mano. Se sei in terapia con farmaci salvavita porta con te le prescrizioni mediche, anche perché potrebbero essere richieste nelle fasi di controllo di sicurezza in aeroporto.
- Ricorda che i liquidi di volume non superiore a 100 ml possono essere trasportati nel bagaglio a mano e devono essere riposti in una busta trasparente e richiudibile. Per i medicinali solidi, come compresse o capsule, non ci sono restrizioni.

TIENI SOTTO CONTROLLO LA PRESSIONE.

- Il caldo può provocare l'abbassamento della pressione arteriosa anche in soggetti ipertesi, pertanto la terapia dell'ipertensione arteriosa e di altre malattie cardiovascolari potrebbe richiedere in estate un adattamento da parte del tuo medico. Ricorda che le terapie in corso non vanno mai sospese autonomamente e che in estate è opportuno effettuare controlli più assidui della pressione arteriosa.





Agenzia Italiana del Farmaco
Via del Tritone, 181 - 00187 Roma
Tel. +39 06 5978401
www.aifa.gov.it