

Effetti collaterali Molti pensano che, se una medicina è approvata, sia anche sicura. Ma bisogna sempre fare i conti con i cosiddetti «eventi avversi»

Farmaci necessari ed efficaci Ma solo se si prendono bene

L'uso appropriato riduce fino al 70% i problemi

servizio di ELENA MELI

Prevenzione

**Partecipare
attivamente
alla sorveglianza
sulla tossicità
fa bene a tutti**

Se oggi tantissimi tagliano il traguardo della "quarta età" in buona salute è anche grazie ai farmaci, che ci hanno allungato e migliorato la vita. Ma, proprio perché non sono "acqua fresca", non sono privi di effetti collaterali. Peccato che, secondo una recente indagine Usa, più del 33% delle persone creda che, se una medicina è approvata, debba essere certamente sicura. «Quando si mette in commercio un farmaco, questo funziona ed è ben tollerato in una buona quota di pazienti, ma non sempre e comunque — commenta Stefano Vella, direttore del Dipartimento del farmaco all'Istituto Superiore di Sanità —. Inoltre, il peso degli effetti collaterali è più o meno accettabile sulla base di ciò che si vuole curare: se un medicinale serve a eliminare la febbre non si tollera che induca vomito, ma lo si può sopportare se si tratta di un farmaco anticancro».

Detto ciò, la questione effetti collaterali preoccupa: secondo alcune stime, le reazioni avverse ai medicinali provocano dal 2 al 6% degli accessi al Pronto soccorso e il 10% dei pazienti ricoverati in ospedale

si ritrova alle prese con un effetto collaterale. La buona notizia è che oltre la metà di questi inconvenienti si potrebbe evitare, come ha appena dimostrato un'indagine svedese; negli anziani la possibilità di scongiurare incidenti supera il 70%. Per giunta, gli eventi avversi evitabili sono quelli più gravi.

Così, negli ultimi tempi, si rincorrono i tentativi di mettere a punto metodi per prevedere gli eventi avversi: al Children's Hospital di Boston hanno costruito un modello matematico, il *Predictive Pharmacosafety Network*, che sembra in grado di azzeccare anche gli effetti collaterali più inusuali e rari dei farmaci prima che vengano messi in commercio; alcuni ricercatori di Stanford hanno appena pubblicato due database, l'*Offside* e il *Twosides*, utilissimi per conoscere in anticipo reazioni avverse e interazioni. «Gli effetti collaterali sono un problema con cui dovremo sempre convivere, anche perché usiamo un numero sempre maggiore di principi attivi, che aumentano le possibilità di interferenze e reazioni indesiderate — commenta Achille Caputi, della Società Italiana di Farmacologia —. Lo strumento per indagare gli effetti collaterali è la farmacovigilanza: pazienti, medici e farmacisti, comunicando reazioni insolite, aiutano a capire meglio i profili di sicurezza dei principi attivi».

Il tasso di segnalazioni al sistema di farmacovigilanza sta crescendo e sono stati avviati progetti per coinvolgere di più i cittadini: in Veneto, ad esem-

pio, i moduli per comunicare un evento avverso sono stati distribuiti dai farmacisti assieme ai medicinali. «Nel dubbio meglio una segnalazione in più che sottovalutare un evento avverso — sintetizza Alessandro Nobili, farmacologo dell'Istituto Mario Negri di Milano —. Soprattutto nelle prime settimane di somministrazione di un nuovo medicinale, è opportuno fare attenzione a ciò che è insolito, anche se non è segnalato nel foglietto illustrativo: la realtà è diversa dalle sperimentazioni, nelle quali i pazienti non sono tantissimi e prendono solo il farmaco in esame».

I rischi maggiori li corre infatti chi assume più di un farmaco, perché all'aumentare del "mix" cresce la probabilità di interazioni, ma anche chi ha deficit nella funzione di organi come reni o fegato, oppure gli anziani, perché oltre a prendere spesso molte medicine, hanno un metabolismo che "scricchiola". Più esposti anche i pazienti con malattie croniche che, paradossalmente, possono andare incontro a effetti collaterali perché smettono di prendere un farmaco importante, dall'antipertensivo all'ipoglicemizzante.

Accanto alle reazioni avverse dovute al farmaco in sé, infatti, c'è il lungo capitolo dei guai che derivano dalla mancata aderenza alle cure e dagli sbagli nel prendere i medicinali. «Per ridurre al minimo il rischio occorre educare il paziente perché sappia gestire in prima persona la sua malattia, ma serve anche una guida co-

ordinata da parte di medici di base, ospedalieri e specialisti — interviene Roberto Raschetti, direttore dell'Unità di farmacoepidemiologia dell'Istituto Superiore di Sanità —. Per questo ci può aiutare l'informatica: molti medici di famiglia usano cartelle cliniche digitali con sistemi che allertano se una prescrizione "si scontra" con i farmaci già assunti dal paziente. Allo stesso modo, in ospedale i "carrelli

elettronici" per dispensare le medicine riducono le possibilità di sbagliare». Gli algoritmi elettronici per individuare possibili interazioni o errori di prescrizione in base alle caratteristiche del paziente iniziano a essere numerosi: la Comunità Europea, ad esempio, ha finanziato con oltre sette milioni di euro il progetto PSIP (*Patient Safety through Intelligent Procedures in medication*), che negli ospedali da-

nesi, francesi e bulgari ha consentito di ridurre del 20% gli eventi avversi. «Però, non è opportuno delegare tutto (o troppo) agli strumenti — avverte Nobili —. Dietro a ciascuna prescrizione ci deve essere sempre la valutazione del medico che ogni volta consideri l'età del paziente, le sue condizioni, le precedenti reazioni avverse, stabilisca il grado di rischio di effetti collaterali e quindi prescriva i farma-

ci più importanti, sostituendo o modificando l'assunzione di alcuni, se necessario».



In Veneto, con i farmaci sono stati distribuiti anche i moduli per la farmacovigilanza

Il modulo per la farmacovigilanza

Sul sito www.farmacovigilanza.org c'è una sezione con le istruzioni per segnalare gli effetti collaterali alle Asl di competenza: qui sotto uno schema riassuntivo del modulo scaricabile dal sito

Effetti indesiderati da farmaci

(da compilarsi a cura del cittadino)

- 1 Quale reazione indesiderata ha osservato?
- 2 Quando?
- 3 Quanto è durata?
- 4 Quali medicinali stava prendendo?

a) fiale	c) uso locale
b) supposte	d) per bocca
- 5 Quante volte al dì?
- 6 Da quanto tempo?

a) _____	d) _____
b) _____	e) _____
c) _____	
- 7 Per quale disturbo?
- 8 Il farmaco le è stato prescritto dal medico?

Sì <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
-----------------------------	-----------------------------
- 9 L'aveva già preso in passato?

Sì <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
-----------------------------	-----------------------------
- 10 Ha mai avuto la stessa reazione?

Sì <input type="checkbox"/>	No <input type="checkbox"/>
-----------------------------	-----------------------------
- 11 Con quale medicinale?

12 Chi è il suo medico curante?
(cognome, nome, indirizzo e telefono)

13 Lo ha informato?

Sì No

14 Come è stata curata la reazione?

Sì No

sospeso il medicinale

ridotta la dose

altre (specificare)

15 Adesso la reazione è scomparsa?

Sì completamente

Non del tutto No

USL n.

FIRMA

Indirizzo e n. tel. del paziente

Osservazioni del medico della USL
a cui viene riferito il caso:

FIRMA

70

La media degli effetti collaterali indicati dai foglietti illustrativi

Fonte: Duke et al, Archives Internal Medicine maggio 2011

7,9%

La quota di persone che è particolarmente vulnerabile agli effetti collaterali (perché anziano, con deficit d'organo, con molte patologie)

Fonte: Guthrie et al, BMJ 2011

Le 10 regole da seguire sempre

Non modificare dosi e tempi di somministrazione dei farmaci, attenendosi sempre alla prescrizione del medico

Non interrompere la cura prima del dovuto, appena ci si sente meglio (specialmente con gli antibiotici)

Non prendere un farmaco solo perché è in casa o perché è stato utile per sintomi simili

Leggere il foglietto illustrativo e segnalare effetti collaterali, facendo attenzione ai sintomi insoliti soprattutto nei primi tempi di assunzione. Chiedere un parere al medico ed evitare il fai da te, soprattutto se i disturbi non scompaiono in breve tempo

Non aprire le capsule per facilitare l'assunzione, servono a far assorbire il medicinale come si deve. Se non si riesce a inghiottirle, chiedere al medico un'altra formulazione

Leggere sulla confezione le modalità di conservazione (es. se è necessario mettere

il medicinale in frigo); in generale, riporre i farmaci in una stanza diversa dal bagno, non esposta a variazioni di temperatura e umidità

Non usare pomate, unguenti, sciroppi e soluzioni se hanno cambiato colore o sapore e chiudere sempre bene le confezioni dopo l'uso

Non usare i medicinali dopo la scadenza e non fare scorte di farmaci. Scrivere sulle confezioni in modo chiaro a che cosa serve il medicinale assieme a dosi e tempi di somministrazione

Rispettare l'orario di assunzione è importante per alcuni farmaci (es. antibiotici, antipertensivi), ma in generale, se si dimentica una dose chiedere informazioni al medico ed evitare di raddoppiarla la volta successiva

Segnalare al medico se si stanno prendendo erbe, integratori o altri prodotti, perché potrebbero interagire coi farmaci prescritti; informarsi anche delle possibili interazioni con i cibi