

УДК 615
ББК 52.81
П27

В коллаже на обложке использованы фотографии:
© Palau, Arpon Pongkasetkam, Anneleven Stock, Cagkan Sayin, F16-ISO100,
ayarx oren, Africa Studio, nokwalai, Thirteen / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
Palau / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Передерин, Валерий Митрофанович.
П27 Опасные лекарства / Валерий Передерин. — Москва : Эксмо, 2022. — 288 с. — (Лечение доступными средствами).

ISBN 978-5-04-157753-7

Лекарства могут не только лечить, но и калечить. Неправильный прием: с другими лекарствами, с жирами, БАДами и витаминами, не в то время или не в своей дозировке может принести больше вреда, чем пользы. Как же верно принимать лекарства? Что выбрать, если оригинальных лекарств нет, но есть дженерики и аналоги? Как распознать аллергию на состав? Об этом и многом другом в книге врача-терапевта Валерия Передерина.

УДК 615
ББК 52.81

ISBN 978-5-04-157753-7

© Передерин В. М., текст, 2021
© ООО «Издательство «Эксмо», 2022

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ..... 7

ЛАБИРИНТЫ ФАРМАКОТЕРАПИИ..... 16

Пирацетам 37

Показания к использованию 37

Противопоказания 40

Побочные действия 41

Взаимодействие 41

**БОЛЕЗНЬ,
РОЖДЕННАЯ ЛЕКАРСТВАМИ..... 43**

Ибупрофен 54

Показания к использованию 54

Побочные действия 55

Противопоказания..... 57

С осторожностью 59

СЫВОРОТОЧНАЯ БОЛЕЗНЬ..... 61



4

СОДЕРЖАНИЕ

ДВУЛИКАЯ ФИТОТЕРАПИЯ..... 70

ТРАВЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ..... 82

ЛЕКАРСТВА И БЕРЕМЕННОСТЬ 87

БАДЫ — НЕ ЛЕКАРСТВА..... 94

ХОЛЕСТЕРИН И СОВРЕМЕННОСТЬ 102

Питавастатин (Ливаза) 109

Противопоказания..... 109

Побочные действия 110

Оригинальные рецепты 113

**ЛЕКАРСТВЕННАЯ
НЕРАЗБЕРИХА В ЛЕЧЕНИИ 117**

СТЕНОКАРДИЯ 121

Новинка сезона — Кораксан..... 130

Показания к применению..... 131

Побочные действия 132

Противопоказания..... 134

ИНФАРКТ МИОКАРДА..... 141

Предуктал 154

<i>Показания</i>	154
<i>Противопоказания</i>	155
<i>Побочные действия</i>	155

ХРОНИЧЕСКАЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ 163

Мочегонный диурет (торасемид)	171
<i>Показания</i>	171
<i>Противопоказания</i>	172
<i>Побочные действия</i>	173
<i>Взаимодействие</i>	175
Уход за больными ХССН	177
Советы «на посошок»	185

УСКОЛЬЗАЮЩИЕ СОКРАЩЕНИЯ 187

Амиодарон	193
<i>Показания</i>	193
<i>Противопоказания</i>	195
<i>Побочные действия</i>	198

ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ..... 204

Измеряйте давление по правилам	213
Нолипрел	219
<i>Показания</i>	219



5

СОДЕРЖАНИЕ



6

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Противопоказания</i>	219
<i>Побочные действия</i>	220
<i>Особые указания</i>	223
<i>Возможные реакции</i>	223
<i>Редкие побочные реакции</i>	224
Правила лечения гипертонии.....	225
ГИПЕРТОНΙΑ И БЕРЕМЕННОСТЬ.....	231
МОЗГОВОЙ УДАР.....	239
Танакан.....	243
<i>Показания</i>	243
<i>Противопоказания</i>	244
<i>Побочные действия</i>	245
<i>Взаимодействие</i>	245
Профилактика пролежней.....	254
КОРОТКО О СЕБЕ.....	265
ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ.....	269



Введение

7

Наша жизнь полна противоречий, и одно из них заключается в том, что лекарства могут не только лечить, но и калечить. Тому, как не стать жертвой такого «лечения», посвящена моя книга. Эта мысль проходит красной нитью по всем ее страницам.

Уважаемый читатель, я не пытаюсь убедить тебя отказаться от использования лекарственных средств при болезнях, но хочу показать, как при неразумном использовании они становятся ядом, усугубляя болезни или вызывая новые, более тяжелые, с непредсказуемыми последствиями.

Здоровье — величайшая ценность человека, и оно является зеркалом любого государства.



ВОЗ считает, что здоровье — качество социальное, и оно оценивается:

1. Отчислениями валового национального продукта на здравоохранение.
2. Доступностью первичной медико-санитарной помощи.
3. **Заметьте! Уровнем иммунизации населения.**
4. Степенью обследования беременных квалифицированным персоналом.
5. Состоянием питания детей.
6. Уровнем детской смертности.
7. Средней продолжительностью предстоящей жизни.
8. Гигиенической грамотностью населения*.

По данным этой организации, смерть от лекарств занимает пятое место в мире после заболеваний сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, онкологии и травматизма. Население стареет, увеличивается заболеваемость и, как следствие, активный прием лекарств. Ознакомившись с книгой, вы поймете,

* Всемирная организация здравоохранения основана 7 апреля 1948 года.

насколько актуальна затронутая в ней тема здоровья и лекарств.

Сейчас все болезни лечат по стандартам, порой забывая, что к каждому больному нужен индивидуальный подход. В стандартах все безликие, поэтому я даю советы, как не превратить лекарства в яд!

Инфекционный мир, окружающий человека, активно приспособливается к его среде, становится разнообразнее, агрессивнее и беспощаднее. Пример — пандемия covid-19, заставившая ученых срочно разрабатывать эффективные лекарства и вакцины против его агрессии.

По генетическим прогнозам, человек должен жить 120–150 лет, но на самом деле продолжительность жизни оставляет желать лучшего. В СССР она росла до 1970-х годов, затем немного снизилась, в 1980-х снова наметилось увеличение, но в 1990-е вся положительная динамика была потеряна, и рост начался только в начале 2000-х.

Численность населения России на 23 августа 2021 г. составила 146 001 797. Из них 78 377 602 женщин, мужчин — 67 624 195. В этом году умерли 1 299 699 человек, родились — 1 191 860, убыль — 107 839. Может





быть, в этом печальном итоге есть и «лекарственная доля».

По данным Росстата за 2019 год, средняя продолжительность жизни женщин в городах составила 78,41 года, на селе — 77,39. Мужчины в городах в среднем живут 68,56 года, а на селе — 67,36. Наименьшей средняя ожидаемая продолжительность жизни мужчин оказалась в Дальневосточном федеральном округе, а именно — 65,43 года у городского населения и 63,8 года у сельского. За ними идет Чукотка.

По продолжительности жизни Россия среди 191 страны занимает 109-е место. Ожидаемая продолжительность жизни при рождении в среднем у нас за 2020 год, по предварительным оценкам Росстата, составила 71,5 года. Это на 1,84 года меньше, чем в 2019 году, что связано с covid-19. Дольше всех живут в Ингушетии — 81,2 года. Далее идут Дагестан (76,4 г.) и Москва (76,2 г.).

Мировым лидером по средней продолжительности жизни является Гонконг (84,9 г.), за ним следуют Япония (84,6 г.) и Швейцария (83,8 г.).

Сегодня для лечения используют тысячи лекарственных средств. Одни снимают с производства из-за малой эффективности,

другие — из-за токсичности и т.д., а их место занимают новые. К сожалению, в погоне за прибылью многие препараты проходят формальные клинические испытания, но тем не менее получают сертификат на право продаж. А те, которые испытания все-таки прошли, имеют множество противопоказаний и побочных действий.

Начало своей книги я посвятил лабиринтам фармакотерапии, пройдя по которым, вы узнаете, что такое оригинальное лекарство, дженерик, контрафакт, аналог и фальсификат. Далее говорится о лечебных дозах лекарств и последствиях их несоблюдения, о зависимости действия препаратов от возраста и влиянии на процесс выздоровления. Надо знать, чем запивать таблетки, как принимать — до или после еды, как отражается время суток на эффективности лечения и т.д. Забывчивые больные узнают, что делать, если пропущен прием очередной таблетки. Кроме того, я счел необходимым рассказать, где покупать и как хранить лекарства.

О самой драматичной болезни, лекарственной, написано в соответствующей главе. В ней раскрыты ее причины, развитие, осложнения, упомянуто о мерах профилактики и неотложной помощи. Думаю, что читатель заинтересуется





и сывороточной болезнью, вызываемой прививками, в том числе и против covid-19. Думаю, что мои аргументы убедят скептиков и отказников в необходимости иммунизации, особенно сейчас, в разгар пандемии covid-19.

Далее идет глава о фитотерапии, названной мною двуликой. Основания? К примеру, зверобой помогает от множества болезней и в то же время ядовит. Кстати, свое название он получил вот почему: если белое животное, например овца или коза, его много съест и побудет на солнце, то пожелтеет и получит отравление. О травах, подобных зверобоем, и о том, как избежать неприятностей от них, я дал достаточную информацию.

Зверобой помогает от множества
болезней, но при этом чрезвычайно
ядовит для животных с белой
шерстью.

Следующая глава — продолжение предыдущей и рассчитана на мам, которые чрезмерно увлекаются травками, черпая знания из интернета или из опыта приятельниц. Чтобы не нанести

вред здоровью ребенка, мамы, внимательно прочитайте этот материал и сделайте правильные выводы. Здесь же я привел статистику инвалидности детей в России за 2019 год и на 1 июля 2021 г. Неутешительно, но детская инвалидность растет. Значит, на это есть объективные и субъективные причины.

К сожалению, в ходе беременности возникает множество непредвиденного, в том числе и прием будущей мамой лекарств и трав, способных вызвать уродства, гибель плода или стать причиной преждевременных родов и другой патологии. В этой главе я даю советы, как этого избежать, и рекомендую будущим мамам ими воспользоваться.

Я не смог обойти и современную проблему БАДов, которые врачи не признают лекарствами. Однако производители и распространители считают иначе и с помощью рекламы в СМИ навязывают свою продукцию доверчивым людям. Глава посвящена тому, как не попасть на крючок соблазна и не навредить своему здоровью.

Холестерин в современном мире считается врагом номер один для здоровья. Так ли это на самом деле, узнаете, прочитав





здесь. А еще я даю советы, как бороться с избытком холестерина и объясняю, всем ли надо делать это.

Ишемической болезни сердца (ИБС) отведено несколько глав, где описаны стенокардия, инфаркт миокарда, нарушения ритма (ускользающие импульсы) и хроническая сердечно-сосудистая недостаточность. Несмотря на то что выпускаются новейшие препараты, успешно проводятся операции на сердце и его сосудах, смертность от ИБС занимает среди прочих болезней первое место. Есть много причин для этого парадокса, и одна из них — лекарственная неразбериха, когда один и тот же препарат лечит и он же, фигурально выражаясь, калечит. Об этом и многом другом написано в этих главах.

Гипертоническая болезнь остается до конца нерешенной проблемой нашего времени. Вроде бы лекарств много, но осложнений они дают еще больше. Как обнаружить у себя гипертонию, с чего начинать лечение, как безопасно пользоваться лекарствами, как оказать помощь при гипертоническом кризе и о многом другом написано в этой главе.

Последняя глава посвящена гипертонии у беременных. Дело в том, что нет средств

для ее целенаправленного лечения, а те, что есть, могут быть опасными для матери и плода. Здесь вы найдете советы как избежать лекарственных осложнений при беременности.

Книга написана профессионалом с учетом всех достижений медицины. Форма изложения материала дружеская, разговорная, со множеством примеров из собственной практики. Может быть, среди них кто-то найдет схожесть с собой и впредь не будет повторять сделанные ошибки.

Думаю, книга пригодится не только больным, но и начинающим врачам общей практики, а также фельдшерам и медицинским сестрам, работающим в глубинке.



15

ВВЕДЕНИЕ



16

ЛАБИРИНТЫ ФАРМАКОТЕРАПИИ

Чтобы правильно ориентироваться в современных названиях лекарств и их использовании, пройдемся по их лабиринтам фармации.

С латыни *pharmakon* — лекарство, средство. Греки вкладывали в этот термин два смысла — «лекарство» и «яд». Потому что, как говорится, одно лечим, другое калечим.

В современном понимании лекарство — это вещество или смесь веществ любого происхождения (синтетического или природного) в виде разнообразных лекарственных форм (таблетки, растворы, мази и др.), используемые для профилактики, диагностики и лечения заболеваний. ВОЗ считает лекарством вещество, имеющее международное непатентованное наименование. Таких веществ в мире более 10 тысяч, и число их растет с каждым днем.

Я не стану касаться физико-химических процессов, происходящих в организме при приеме лекарств, остановлюсь на практической стороне.

В институте питания РАМН на одной из кафедр провели эксперимент: вычеркнули из международного «Справочника Видаль» все показания к приему лекарств. Оставшиеся противопоказания составили половину объема книги. Пожалуй, более яркий пример «безобидности» лекарств трудно найти.

На 5-м месте среди причин смертности находятся лекарства. Для убедительности приведу фрагменты мировой статистики смертности. Так, в США ежегодно от них погибают от 100 до 200 тысяч человек, значительно больше, чем от автокатастроф. По мнению американцев, лидерами среди препаратов, приводящих к летальному исходу, стали обезболивающие опиоиды, анальгетики и нестероидные противовоспалительные средства (НПВС) типа нурофена. В Дании от приема антидепрессантов, транквилизаторов и нейролептиков ежегодно погибают 3693 человека. Каждый третий случай госпитализации в цивилизованных странах связан





с опасными побочными эффектами лекарственных средств.

Кстати. Популярный среди взрослых и детей якобы безобидный парацетамол от температуры и боли при частом использовании разрушает печень и почки, приводя к печальному исходу. Аспирин, который часто поражает ЖКТ, при длительном приеме может вызвать кровоизлияние в мозг. Повышенную угрозу сердцу и сосудам несет диклофенак. Приведу ситуации, когда лекарства могут быть опасны:

- ◆ обилие на российском фармрынке подделок;
- ◆ несовместимость одних лекарств с другими;
- ◆ прием препаратов с алкоголем, усиливающим гепатотоксичность;
- ◆ недобропорядочность производителей, умалчивающих о побочных действиях лекарств;
- ◆ передозировки;

- ◆ самолечение;
- ◆ применение лекарств без учета противопоказаний: аллергия на их компоненты;
- ◆ использование просроченных или неправильно хранившихся лекарств;
- ◆ хранение лекарств в местах, доступных детям.

При назначении любой формы лекарства, будь то таблетка, инъекция, мазь, капли и др., неизвестно, окажется ли лекарственное средство панацеей или пустышкой, либо вообще проявит себя так, что потом будет больно вспоминать. Вот что нужно знать, чтобы лекарство пошло на пользу.

Подытожим. Действие любого лекарства зависит от его субстанции, т.е. действующего вещества.

Оригинальный препарат с истинной субстанцией — ранее не известный, выпущенный на рынок фирмой-разработчиком или патентодержателем на срок около пяти лет.





Дженерик. После пяти лет оригинальный препарат могут производить другие фирмы, но с обязательной первичной субстанцией. Так что не бойтесь за достоверность содержимого дженерика.

Контрафакт — это лекарства, выпускаемые без разрешения патентодержателя. Наличие изначальной субстанции при этом вызывает сомнение.

Аналог. Не содержит действующего начала оригинала, а совсем иное, но похожее по действию. Этот вариант часто предлагают аптекари.

Фальсификат. С целью получить максимальную прибыль производитель умышленно изменяет рецептуру на более дешевую, меняет технологию производства.

Федеральным законом № 122 от 22 августа 2004 года фальсифицированное лекарство получило определение как «лекарственное средство, сопровождаемое ложной инструкцией

о составе и (или) производителе лекарственно-го средства». Для борьбы с незаконным производством и реализацией создана Федеральная служба по надзору в сфере здравоохранения и социального развития (Росздравнадзор). Несмотря на это, фальсификация лекарств по всей России не уменьшается. По официальным данным, 10% продукции фармрынка — подделки, 60% из них приходится на отечественных производителей, 30% — на Польшу, Индию, Китай и 10% на страны СНГ и Балтии.

С 1999 года для врачей издается реестр поддельных препаратов, изъятых из употребления. Вывешенный в аптеках черный список был бы весьма полезен для покупателей, а если бы вместо рекламы чудо-лекарств на телеэкране появились штрафники-производители, здоровье населения от этого только бы выиграло.

Подделывают и дешевые лекарства, и дорогие, и антибиотики типа сумамеда, и антигистаминные (от аллергии) типа супрастина, и обезболивающие вплоть до анальгина.

Из-за замены дорогостоящего действующего начала более дешевым или при замене этикеток на препаратах противоположного действия появилась опасная болезнь фальсифицированного





лекарства, которая проявляется неожиданными симптомами. Например, вместо снижения давление резко повышается, вместо снятия бронхоспазма у астматика усиливается удушье, вместо похудения идет набор веса. Худший вариант этой болезни — непредсказуемый анафилактический шок, часто требующий незамедлительной реанимации.

Некоторые недобросовестные производители снижают в таблетках количество основного вещества или вовсе его не вносят, подменяя чем-то индифферентным — обыкновенной глиной, мукой, глюкозой, крахмалом, мелом, тальком, добавляя в них желатин и пищевые красители. При приеме такого «лекарства» лечение затягивается, иногда угрожая жизни больного.

Распространенный вид подделок — замена сроков годности. Известно, что со временем лекарство инактивируется и лечебного действия больше не оказывает. Хуже, если при длительном хранении оно приобретет токсичные свойства с соответствующей реакцией при приеме внутрь.

Отличить фальсификат от оригинала и профессионалу бывает трудно, куда уж больному, да еще слабовидящему!

Доза препарата — это количество вещества, используемое для лечения в данный момент и данному больному.

Различают следующие дозы: разовые — на один прием, в течение суток — суточные, на курс лечения — курсовые. Теоретически дозы назначают из расчета массы тела. Это делают только педиатры, но не терапевты. Токсическая доза вещества вызывает отравление, а летальная — смерть.

Терапевтическая доза должна вызвать лечебный эффект, а малая доза его не даст. Иногда бывает, что больной просит доктора начать лечение с минимальной дозы, и тот уступает. Этого нельзя делать при острых заболеваниях с интоксикацией. В таком случае действует принцип «достаточной» дозы, а не лекарственная «мазня».

Приведу примеры из собственной практики о превышении терапевтической дозы. В начале 70-х годов прошлого века после института я работал в больнице речников в Томской области. Из глухой деревни привезли пожилого больного с сердечно-сосудистой недостаточностью, похожего на мешок с жидкостью. Обычные мочегонные эффекта не давали. Пришлось использовать ртутный меркузал в минимальных





дозах. Больной почувствовал себя лучше. По необходимости я уехал в город, расписав в листе назначений схему инъекций препарата. Возвратившись на второй день, сразу пошел к больному. Его было не узнать: глаза ввалились, лицо — кожа да кости. Оказывается, дежурные медсестры посчитали, что я ошибся в дозах, и увеличили их. Хорошо, что все окончилось благополучно.

Никогда не увеличивайте
и не уменьшайте самостоятельно
дозу лекарства.

Еще пример. Был у меня знакомый гипотоник, по профессии инженер. Коллега посоветовал ему для поднятия тонуса принимать экстракт элеутерококка. Инженер почувствовал прилив сил, увеличил дозу экстракта и попутно увлекся кофе. Когда я его увидел, показалось, что передо мной бывалый алкоголик: возбужден, артериальное давление (АД) высокое, частый пульс, руки дрожат, голова подергивается. После отмены стимуляторов пациент пришел в норму.

Подобных примеров передозировки лекарств можно привести множество.

Действие лекарства зависит от возраста. Известно, что препараты, проходя через естественные фильтры организма, печень и почки, разрушаются, изменяются, теряют свои полезные и токсические свойства, вступают в соединение с солями и другими жидкостями и выводятся наружу.

У человека старше 60 лет замедляются обменные процессы в организме, снижается детоксикационная функция печени и выделительная функция почек, ослабевают и другие пути выведения — легкие, кишечник, потовые и слюнные железы, кожа. Это влечет нарушение очистки организма и, как следствие, к возрастанию лекарственной интоксикации. Доктор должен учитывать этот момент. Так, 1/2 дозы взрослого назначают пожилым, нуждающимся в снотворных, нейролептиках, мочегонных и сердечных гликозидах. Дозы сильнодействующих и ядовитых лекарственных средств составляют 2/3 дозы взрослого. Дозы антибиотиков и витаминов обычно не меняют.

При назначении учитывается и кумулятивное (накопительное) действие лекарств. Чем чаще в высокой дозе его используют, тем больше





26

оно накапливается в организме и больше шансов отравления.

Я знал мужчину 60 лет, который для успокоения принимал транквилизатор и травы. Сотрудники лаборатории стали замечать за ним странности: безразличен ко всему и часто смеется. После обращения к психоневрологу выяснилось, что это лекарственная передозировка. Чтобы войти в жизненную колею, я посоветовал ему вплотную заняться своим здоровьем, переключиться на спорт и активный отдых.

Хорошо, если назначен один препарат, а если пять и более? Такое назначение называется полипрагмазией, а она увеличивает риск осложнений. Полипрагмазией страдают доктора частных медцентров, очевидно, рассчитывая этим поднять свой авторитет.

Как-то у меня на приеме пожилой больной показал рецепты, выписанные неврологом и терапевтом медицинского центра. В сумме оказалось семь наименований, причем некоторые из них одного действия, но с разными названиями. Нетрудно догадаться, что получилось бы из этого лекарственного винегрета.

Больные должны знать, что к лекарствам часто наступает привыкание, на языке

медицины — тахифилаксия, что влечет снижение эффективности препарата при повторном его назначении. Часто привыкают к анальгетикам, гипотензивным, снотворным, транквилизаторам, а астматики — к бронхорасширяющим препаратам. Если это случилось, повышают дозу препарата или отменяют, заменяя другим. Хочу напомнить, что иногда лекарства начинают действовать не сразу, как нитроглицерин, а через определенное время, которое может растянуться на час-два или на несколько дней и даже недель. Об этом пишут и в аннотациях.

Назначение целого букета лекарств называется полипрагмазией. Ею часто страдают врачи платных клиник. _____

Прием таблеток, которые чаще всего используют для лечения, несмотря на кажущуюся простоту, требует определенных знаний, чтобы они не стали ядом или пустышкой, а помогли человеку выздороветь.

При приеме внутрь таблетка начинает действовать в среднем через 40 минут. Если внезапно





подскочило артериальное давление, ее можно рассосать или разжевать (капотен или верапамил) и подержать во рту вместе с теплой водой. Эффект наступит через 5–10 минут. Таблетка нитроглицерина снимает сердечные спазмы, как только растворится на языке.

Даже то, чем вы запили таблетку, может иметь значение. Как правило, это 50–100 мл воды комнатной температуры. Молоком запивают нестероидные противовоспалительные средства: вольтарен, ибупрофен и гормоны — преднизолон, дексаметазон, поскольку оно защищает слизистую оболочку желудка и снижает вероятность их повреждающего действия. Правда, сейчас выпускают кишечнорастворимые средства, не влияющие на желудок.

Не запивайте лекарства минеральной водой: она содержит ионы кальция, железа и других элементов, которые, вступая в химическую реакцию с компонентами лекарства, нарушают их всасывание. Этому мешают овощные и фруктовые соки, особенно яблочный, вишневый, виноградный, лимонный, апельсиновый и грейпфрутовый, который блокирует всасывание гипотензивных и снижающих уровень холестерина препаратов.

Чай и кофе, содержащие танины, тормозят действие дротаверина (но-шпы), оральных контрацептивов, средств от глаукомы и т.д. А вот принятый от головной боли парацетамол вместе с кофе или чаем быстрее снимет боль.

Недопустим прием алкоголя с капотеном, психотропными препаратами, антикоагулянтами, антигистаминными, противогрибковыми, антидиабетическими, некоторыми антибиотиками и другими средствами. В лучшем случае отделаетесь жидким стулом, в худшем — реанимацией, возможно, без возврата.

До еды или после? Этот вопрос возникает, если доктор не указал время приема. Чаще всего лекарства пьют натощак, за час до еды или через 2–3 часа после. Это обусловлено тем, что еда, как сказано выше, не всегда способствует всасыванию лекарства. Препараты, раздражающие слизистую желудочно-кишечного тракта, принимают после еды.

Известно, что желудочно-кишечный тракт работает циклически, поэтому лекарства должны поступать с учетом этой особенности. Снижающие кислотность препараты и средства от изжоги принимают за 40 минут до еды



29



или через час после. Ферменты (мезим, панкреатин, фестал) — во время еды, так как они должны перемешаться с пищей. Пре- и пробиотики (эвиталия, орвис, хилак форте) употребляют обычно во время или после еды.

Помните: альмагель, маалокс, де-нол, а также смекта, лактофильтрум и другие подобные средства нарушают всасывание большинства лекарств, поэтому их принимают через 1–2 часа после основных средств.

Время суток и интервал приема лекарств тоже влияют на итог лечения. Если назначен трехразовый прием, это значит через каждые 8 часов, 4-разовый — каждые 6 часов и так далее. Это важно соблюдать, иначе нужной концентрации лекарства в организме не добиться, особенно при лечении антибиотиками. Чтобы микробы не адаптировались к препарату, не пропускайте ночные инъекции или капельные введения, иначе терапия не будет эффективной.

Если лекарство «форте», т.е. с пролонгированным действием, его можно принимать только раз в день.

Знайте! Утром принимают мочегонные средства, гормональные препараты и тонизирующие типа кофеиносодержащих и адаптогенов: женьшеня, элеутерококка, экстракта золотого корня (родиолы розовой) и др. Если нарушить это и выпить ближе к вечеру, придется ночь провести без сна.

На ночь желательно пить лекарства от давления, если оно повышается к утру, а также успокаивающие, снотворные, антигистаминные и препараты от язвенной болезни желудка, если иной режим не назначен.

В стационарах часто выдают лекарства больным в пакетиках или мешочках сразу на целый день. Причем бывает, что на прием приходится 4–5 препаратов и больше, особенно сейчас, при лечении covid-19. Не принимайте все сразу, а растяните хотя бы на 1 час, запивая достаточным количеством воды. Это обезопасит ваше общее состояние и желудок.

Забывчивым напоминаю: если забыли принять таблетку, не отчаивайтесь, а подсчитайте,





сколько времени прошло от момента приема. Если до следующего приема остается мало времени, пропустите забытую таблетку, и вы не пострадаете от этого, хотя эффект лечения может снизиться. Если вспомнили тут же, наверстайте упущенное. Возможен и такой вариант: сместите график приема на количество пропущенных часов. Это самый лучший вариант, если курс лечения короткий. Из сказанного следует, что нельзя удваивать дозу, поскольку она может оказаться токсичной.

Одни таблетки имеют бороздки, а другие нет. Это означает, что их делить нельзя, тем более если они покрыты глазурью. Таблетки с бороздками можно делить, подбирая дозу. Это удобно, если в аптеке нет лекарства нужной дозировки. Капсулы разбирать нельзя, поскольку желатин предохраняет от раздражения язык, пищевод и желудок. К тому же порошок может случайно попасть в дыхательные пути и вызвать их спазм. Однако из этих правил делают исключение, если таблетка и капсулы большие и их невозможно проглотить из-за повышенного глоточного рефлекса.

Соблюдая все перечисленные выше правила приема таблеток, можно свести к минимуму риск их побочных действий, однако полностью

обезопасить себя от неприятностей при лечении нельзя. Поскольку большая часть осложнений — тошнота, аллергия, боли в животе и головная боль, падение или повышение артериального давления — проявляется в первые дни лечения. Если такое произошло, уменьшите или вовсе прекратите прием этого препарата, и вы избежите более серьезных осложнений — печеночной или почечной недостаточности, токсических миокардитов, глухоты и других нежелательных последствий.

Для безопасности и контроля лечения при длительных сроках приема лекарств периодически делайте анализы крови, мочи, УЗИ и посещайте лечащего врача.

Театр начинается с вешалки, а лечение — с покупки лекарств. При этом в целях своей безопасности нужно соблюдать ряд правил.

1. Не покупайте лекарства с лотков, в киосках и в других розничных точках, где нет условий для хранения, а также с рук, на вокзалах и рынках.
2. Внимательно осматривайте упаковку, которая должна быть чистой, без деформаций и царапин.





3. Дата изготовления и срок хранения лекарства должны быть яркими и без исправлений.
4. Требуйте аннотацию на русском языке с указанием всех положительных и отрицательных сторон препарата.
5. Осматривая флакон, обратите внимание на этикетку. Она должна быть ясной по содержанию, наклеена без перекосов и подтеков клея.
6. Крышка с предохранительным кольцом или колпачком на флаконе не должна свободно сниматься, а свинчиваться с характерными щелчками разрыва. Под крышкой на самом флаконе, как правило, находится фирменная бумажная мембрана. На пробки с бальзамами, настойками уважающие себя производители наносят оригинальные знаки, помогающие отличить оригинал от подделки. Естественно, из-под пробки не должно ничего вытекать.

7. Таблетки должны быть одного размера, цвета, плотности, без повреждений, если имеется маркировка, то на всех с одинаковыми по глубине буквами и разделительными бороздами.
8. Ампулы с трудносмываемой надписью должны быть одного размера, без трещин и инородных включений, с равномерно запаянным концом и без «капельки».
9. При покупке аэрозолей требуйте проверки работы распылителя. Чтобы определить наполняемость баллончика, дома опустите его в воду комнатной температуры. Если утонет — наполняемость оптимальная, если плавает — недостаточная.
10. Не покупайте лекарства у непроверенных продавцов в интернете! Помните и о том, что нет чудодейственных лекарств, способных излечить рак четвертой стадии или другое хроническое заболевание, а также вернуть сексуальную силу, несмотря на возраст! В лучшем случае за большие деньги вы получите





красочную упаковку с аскорбиновой кислотой, крахмалом или мелом.

При возникших сомнениях в качестве лекарства обращайтесь по телефону в Москве +7 (495) 737-75-27, сообщив при этом название препарата, серию и город, где он куплен. По этому номеру вы можете узнать и о некачественных биологически активных добавках (БАД).

На качество лекарств оказывают влияние и условия домашнего хранения. Сильнодействующие и ядовитые препараты храните в сухом месте, отдельно от других лекарств и в местах, недоступных детям. Спиртосодержащие и другие настойки, всасывающие влагу, а также мази, свечи с резкими запахами нельзя хранить в холодильнике. Ампулы и другие лекарства в герметичной упаковке хранить в нем можно при условии соблюдения сроков и их специфики. Есть лекарства, которые нельзя хранить на свету, — создайте соответствующие условия. Не забывайте периодически делать ревизии своих запасов. На всю жизнь лекарства не запасешь, а отравиться можно запросто.

Однажды я навестил своего друга, который попросил разобраться с лекарствами жены.

В двух ящиках комода их оказалось столько, что хватило бы на целое терапевтическое отделение. У многих препаратов истек срок хранения, некоторые по механизму действия оказались аналогами. Было много таблеток в россыпь. Здесь же хранились флаконы с зеленкой, йодом и перцовые пластыри в порванных упаковках. После ревизии арсенал препаратов значительно сократился, а значит, снизился риск отравлений.

Пирацетам

В конце фармакологического лабиринта хочу рассказать о пирацетаме, чьи производители обещают избавить нас почти от всех неврологических заболеваний.

Показания к использованию

- ◆ хроническая цереброваскулярная недостаточность (гипертоническая болезнь, атеросклероз, сосудистый паркинсонизм), сопровождаемая нарушением внимания, памяти, речи, головной болью и головокружением;





38

- ◆ ишемический инсульт и его последствия;
- ◆ психоорганические расстройства;
- ◆ деменция (сенильная деменция, болезнь Альцгеймера, сосудистая деменция);
- ◆ черепно-мозговая травма;
- ◆ острая вирусная нейроинфекция;
- ◆ интоксикация (восстановительный период, коматозное и субкоматозное состояние);
- ◆ болезни нервной системы, сопровождаемые уменьшением уровня бодрствования, интеллектуально-мнестических функций, нарушением поведения и эмоционально-волевой сферы;
- ◆ головокружение;
- ◆ вестибулярный нистагм;
- ◆ вяло-апатическое состояние;
- ◆ афазия;
- ◆ кортикальная миоклония;
- ◆ эпилепсия (как вспомогательное средство);

- ◆ сенильные и атрофические процессы;
- ◆ депрессивные состояния, устойчивые к лечению антидепрессантами;
- ◆ предотвращение или устранение неврологических, соматовегетативных, психических осложнений лечения нейрореплетиками и прочими психотропными препаратами;
- ◆ невротическая депрессия с преобладанием в клинической картине сенесто-ипохондрических и астенических нарушений, адинамии, явлений идеомоторной заторможенности;
- ◆ психоорганический синдром при хроническом алкоголизме;
- ◆ купирование пре- и делириозных, абстинентных состояний при наркомании и алкоголизме;
- ◆ острая интоксикация морфином, этанолом, амфетамином, барбитуратами;
- ◆ детский церебральный паралич, последствия перинатального поражения центральной нервной системы, задержка умственного развития,





40

низкая обучаемость при психоорганическом синдроме, расстройство речи, олигофрения, нарушение памяти, церебрастения, интеллектуальная недостаточность;

- ◆ серповидно-клеточная анемия (в составе комплексного лечения).

Противопоказания

- ◆ гиперчувствительность, в том числе к производным пирролидона;
- ◆ выраженная почечная недостаточность при клиренсе креатинина меньше 20 мл/мин;
- ◆ геморрагический инсульт;
- ◆ болезнь Гентингтона;
- ◆ ажитированная депрессия;
- ◆ кормление грудью;
- ◆ беременность;
- ◆ возраст ребенка до 1 года.

Побочные действия

- ◆ нервная система и органы чувств: гиперкинезия, сонливость, повышенная раздражительность, депрессия, возбуждение, астения, агрессивное поведение, головокружение, расстройство сна, головная боль, тремор, повышение сексуальности;
- ◆ система пищеварения: тошнота, диарея, рвота, боли в животе;
- ◆ обмен веществ: увеличение массы тела;
- ◆ система кровообращения: обострение коронарной недостаточности, артериальная гипертензия или гипотензия;
- ◆ кожные покровы: реакции гиперчувствительности.

Взаимодействие

Пирацетам усиливает эффекты непрямых антикоагулянтов, психостимуляторов, центральные эффекты гормонов щитовидной железы (беспокойство, тремор, нарушение сна,





42

раздражительность, спутанность сознания). Усиливается выраженность экстрапирамидных расстройств при совместном приеме пирацетама с нейролептиками.

Итак, читатель, надеюсь, что путь по лабиринту фармации пошел тебе на пользу и ты много выяснил для себя. А главное то, что лекарства при несоблюдении соответствующих правил приема становятся ядом.

БОЛЕЗНЬ, РОЖДЕННАЯ ЛЕКАРСТВАМИ

Современный человек не может прожить без лекарств, принимая их даже при элементарной простуде. Причем не задумывается, что лекарства сами вызывают не менее опасную лекарственную болезнь. В ее основе лежит конфликт иммунной системы с чужеродным для организма веществом. В ответ на его внедрение вырабатываются антитела, которые стараются уладить конфликт и не допустить развития лекарственной болезни, которая может протекать под разными масками.

Риск развития аллергии на препарат составляет 1–5%. Поскольку горожане чаще принимают лекарства, то и заболеваемость лекарственной аллергией у них выше, чем у сельских жителей. Так, в городах





44

на 1000 населения на женщин приходится 30 человек, а на мужчин 14, а в сельской местности, соответственно, 20 и 11. В возрасте 30–40 лет болезнь встречается чаще всего. Причем на противостолбнячную сыворотку падает до 27% случаев, на антибиотики — 18%, а на нестероидные противовоспалительные препараты — около 30%.

Среди причин лекарственной аллергией выделяются две:

1. а) бесконтрольный и необоснованный прием лекарств в процессе нерационального самолечения;
б) полипрагмазия — множество препаратов для лечения заболевания.
2. Нарушения иммунологической реактивности и генетическая предрасположенность больного.

Кстати. Опасны лекарственные средства, в состав которых входят белковые структуры вакцин, сывороток и компонентов крови. Одно