

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗΝ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ

Ειδικότητα: ΒΟΗΘΟΙ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ

Εκπαιδευτρια: ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ ANNA (Φαρμακοποιός, M.Sc.)

Κοινοτικό φαρμακείο

ΕΡΩΤΗΣΗ 1 (ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ): Ποιες κατηγορίες προϊόντων διατίθενται από ένα ιδιωτικό φαρμακείο;

Κατηγορίες προϊόντων ιδιωτικού φαρμακείου

1. Φαρμακευτικά προϊόντα (φάρμακα)
 - Συνταγογραφούμενα Φάρμακα (ΣΥ.ΦΑ)
 - Μη Συνταγογραφούμενα Φάρμακα (ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ)

Εδώ εντάσσονται επίσης κατηγορίες, όπως,

- τα ομοιοπαθητικά φάρμακα
- τα κτηνιατρικά φάρμακα
- τα γαληνικά σκευάσματα και
- οι καθарές φαρμακευτικές ουσίες που διαθέτει ένα φαρμακευτικό εργαστήριο.

2. Παραφαρμακευτικά προϊόντα (παράφαρμακα)

- Καλλυντικά προϊόντα (π.χ. αντιηλιακά, κρέμες προσώπου/σώματος, καθαριστικά προσώπου κτλ.)
- Βιταμίνες, συμπληρώματα διατροφής και διαιτητικά προϊόντα
- Επιδεσμικό υλικό (π.χ. γάζες, επίδεσμοι κτλ.)
- Ορθοπεδικά/ανατομικά είδη (π.χ. επιγονατίδες κτλ.)
- Προϊόντα προσωπικής υγιεινής (π.χ. οδοντόπαστες, σαμπουάν, σαπούνια, σερβιέτες κτλ.)
- Βρεφικές τροφές (π.χ. γάλατα, κρέμες) και προϊόντα (π.χ. πιπίλες, μπιμπερό), καθώς και προϊόντα για θηλάζουσες/εγκυμονούσες
- Ειδή ιατρικής γενικής χρήσεως (π.χ. ουροσυλλέκτες, σύριγγες, βελόνες κτλ.)
- Ιατρικά μηχανήματα, εργαλεία και εξαρτήματα (π.χ. πιεσόμετρα, οξύμετρα, καθετήρες κτλ.)



ΕΡΩΤΗΣΗ 66 (ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ) : Ποια άλλα είδη εκτός από φάρμακα μπορεί να διαθέτει ένα φαρμακείο;

Η απάντηση είναι το κομμάτι 2 (Παραφάρμακα), της προηγούμενης ερώτησης.

ΜΗΣΥΦΑ και ΑΥΤΟΦΡΟΝΤΙΔΑ

ΕΡΩΤΗΣΗ 380 (ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ): Τι είναι τα ΜΗΣΥΦΑ?

Τα **ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ.**, τα Μη Συνταγογραφούμενα Φάρμακα, είναι φάρμακα που για τη χορήγηση τους δεν απαιτείται ιατρική συνταγή. Έχουν εγκριθεί από τον ΕΟΦ (Εθνικό Οργανισμό Φαρμάκων) και φέρουν ταινία γνησιότητας (κουπόνι) **καφέ** χρώματος. Δεν αποζημιώνονται από τα ασφαλιστικά ταμεία.

Θα πρέπει να πληρούν τα παρακάτω κριτήρια:

- Να είναι φάρμακα ευρείας κατανάλωσης, προοριζόμενα για **ήπιες παθήσεις και ήπια συμπτώματα**, τα οποία αναγνωρίζονται εύκολα από τον ίδιο τον ασθενή.
- Να είναι σχετικά **ασφαλή** φάρμακα, χωρίς σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες στις εγκεκριμένες δοσολογίες.
- Να μην δημιουργούν εθισμό.
- Να μην περιέχουν πρόσφατα εγκεκριμένες δραστικές ουσίες.



ΕΡΩΤΗΣΗ 381 (ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ): Σε ποιες κατηγορίες χωρίζονται τα ΜΗΣΥΦΑ?

Κατηγορίες ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ.

1. **Φάρμακα για το βήχα και το κρουλόγημα**, π.χ. σιρόπια, αντιπυρετικά, αποσυμφορητικά, καραμέλες για τον πονόλαιμο κτλ.
2. **Αναλγητικά/ Πausίπονα**, π.χ. η παρακεταμόλη και κάποια μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη (ΜΣΑΦ)
3. **Φάρμακα για το γαστρεντερικό σύστημα**, π.χ. φάρμακα για τη διάρροια και τη δυσκοιλιότητα, αντιεμετικά, αντιόξινα κτλ.
4. **Βιταμίνες και συμπληρώματα διατροφής**
5. **Αντισταμινικά**, δηλαδή κάποια φάρμακα για την αντιμετώπιση αλλεργιών και τσιμπημάτων από έντομα.
6. **Φάρμακα για την φροντίδα του δέρματος**, π.χ. φάρμακα για ερεθισμούς ή τοπικές μολύνσεις του δέρματος και πληγών
7. **Φάρμακα για τη φροντίδα των ματιών**, όπως κολλύρια.

Μικρότερες κατηγορίες αφορούν φάρμακα για το ουροποιητικό, το κυκλοφορικό, τη στοματική υγιεινή, τη διακοπή του καπνίσματος κ.α

Αυτοφροντίδα είναι το σύνολο των ενεργειών που κάνουν οι άνθρωποι από μόνοι τους για την προαγωγή και τη βελτίωση της υγείας τους (σωματική και ψυχική), καθώς και για την πρόληψη, την αντιμετώπιση ήπιων ασθενειών ή τη διαχείριση σοβαρότερων ή/και χρόνιων νόσων όπως π.χ. η σωστή διατροφή, η άσκηση κ.α.

Η **αυτοθεραπεία** είναι ένα κομμάτι της αυτοφροντίδας που περιλαμβάνει την υπεύθυνη επιλογή και χρήση των **ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ** από τον ίδιο τον ασθενή, για την αντιμετώπιση ήπιων ασθενειών ή ήπιων συμπτωμάτων. Η συμβολή του Φαρμακοποιού και του Βοηθού φαρμακείου στην αυτοθεραπεία είναι καθοριστική.



ΕΡΩΤΗΣΗ 391 (ΘΕΩΡΗΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ): Τι είναι η αυτοφροντίδα ασθενούς και σε ποιες περιπτώσεις δεν ενδείκνυται?

Αυτοφροντίδα είναι το σύνολο των ενεργειών που κάνουν οι άνθρωποι από μόνοι τους

1. για την προαγωγή και τη βελτίωση της υγείας τους (σωματική και ψυχική)
2. για την πρόληψη
3. για την αντιμετώπιση ήπιων ασθενειών
4. για τη διαχείριση σοβαρότερων ή/και χρόνιων νόσων όπως π.χ. η σωστή διατροφή, η άσκηση κ.α.

Η αυτοφροντίδα ασθενούς **δεν ενδείκνυται** σε περιπτώσεις όπου απαιτείται εξειδικευμένη βοήθεια και ιατρική παρέμβαση, π.χ. λόγω σοβαρών συμπτωμάτων ή ταυτόχρονης λήψης πολλών φαρμάκων (πολυφαρμακία) και όταν ο ασθενής δε διαθέτει την σωματική και πνευματική ικανότητα να φροντίσει τον εαυτό του.



ΕΡΩΤΗΣΗ 40 (ΠΡΑΚΤΙΚΟ ΜΕΡΟΣ): Να αναφέρετε 3 οφέλη που προκύπτουν από την αυτοφροντίδα του ασθενούς.

