

Leki dostępne bez recepty i suplementy diety

Przedruk i rozpowszechnianie
tej publikacji **w całości** dozwolone
wyłącznie za zgodą CBOS.
Wykorzystanie **fragmentów**
oraz danych empirycznych
wymaga podania źródła

Znak jakości przyznany CBOS przez Organizację Firm Badania Opinii i Rynku 14 stycznia 2016 roku



Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej
ul. Świętojerska 5/7, 00-236 Warszawa
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl
<http://www.cbos.pl>
(48 22) 629 35 69

- ▶ W ciągu roku poprzedzającego badanie leki dostępne bez recepty (OTC) i suplementy diety stosowało niemal dziewięciu na dziesięciu dorosłych (89%). Najczęściej były to środki przeciwbólowe i przeciwzapalne (68%), a także łagodzące objawy przeziębienia lub grypy (68%). Ponad połowa badanych (52%) przyjmowała w tym okresie witaminy, minerały i środki poprawiające ogólną odporność organizmu. Ponad jedna czwarta dorosłych (27%) stosowała leki dostępne bez recepty łagodzące dolegliwości układu pokarmowego.
- ▶ Sposoby radzenia sobie ze złym samopoczuciem i pierwszymi objawami choroby są zróżnicowane. Samodzielne stosowanie leków dostępnych bez recepty lokuje się na trzecim miejscu (wskazuje je 21% dorosłych), po konsultacji lekarskiej i przyjmowaniu przepisanych przez lekarza środków medycznych (30%) oraz korzystaniu z tzw. domowych sposobów radzenia sobie z chorobą (29%).
- ▶ Stosując lek dostępny bez recepty po raz pierwszy ponad połowa respondentów przynajmniej czasami konsultuje jego użycie z lekarzem lub farmaceutą (52%, a 28% robi to zawsze), 88% (a 69% zawsze) czyta dołączoną do niego ulotkę, a 29% (7% zawsze) sprawdza informacje i opinie o jego działaniu w internecie.
- ▶ Większość dorosłych (71%) jest świadoma tego, że leki i preparaty farmaceutyczne dostępne bez recepty mogą mieć również negatywny wpływ na zdrowie. Więcej niż co piąty ankietowany (22%) nie podziela takich obaw.
- ▶ Ponad jedna czwarta badanych (28%) twierdzi, że zdarzyło im się stosować leki dostępne bez recepty w niewłaściwy sposób – niezgodnie za zaleceniami, np. zwiększając dawkę, używając ich dłużej niż to wskazane (20%), lekceważąc skutki uboczne (9%) lub przeciwwskazania, które ich dotyczą (8%) – a także przyjmować leki z przyzwyczajenia, choć nie jest to konieczne (7%), oraz wbrew negatywnej opinii lekarza o takim sposobie leczenia (4%).

Polska należy do krajów o relatywnie wysokiej konsumpcji leków dostępnych bez recepty (OTC, ang. *over the counter*). Na ich promocję przypada najwięcej środków wydawanych na reklamę, co sprawia, że jesteśmy jedynym krajem w Europie, w którym rynek reklamowy produktów farmaceutycznych przewyższa wartością inne¹. W ostatnich latach wartość tego rynku rosła i prognozuje się, że w kolejnych latach również będzie się zwiększać². Znaczna jest także konsumpcja suplementów diety³, które przez to, że zaliczają się nie do produktów farmaceutycznych, lecz do artykułów spożywczych, są nie tylko łatwiejsze w rejestracji i wprowadzaniu na rynek, ale także w dystrybucji. W przeprowadzonym badaniu⁴ interesowało nas stosowanie leków dostępnych bez recepty oraz suplementów diety, ocena ich skuteczności, a także nieprawidłowości w ich używaniu.

STOSOWANIE I OCENA DZIAŁANIA

W ciągu roku poprzedzającego badanie dostępne bez recepty leki i suplementy diety stosowało niemal dziewięciu na dziesięciu dorosłych (89%). Najczęściej były to środki przeciwbólowe i przeciwzapalne (68%), a także łagodzące objawy przeziębienia lub grypy (również 68%). Ponad połowa badanych (52%) przyjmowała w tym okresie witaminy, minerały i środki poprawiające ogólną odporność organizmu. Ponad jedna czwarta dorosłych (27%) stosowała leki OTC łagodzące dolegliwości układu pokarmowego. Mniej popularne były dostępne bez recepty leki i suplementy poprawiające kondycję skóry, włosów lub paznokci (16%), przyczyniające się do wzmocnienia stawów i kości (16%), łagodzące objawy alergii (15%), środki uspokajające i nasenne (13%), a także preparaty poprawiające krążenie i pracę

¹ <http://www.rynekapteki.pl/wywiad/wszzechobecna-reklama-lekow-OTC-oraz-suplementow-diety,13082.html>

² <http://www.wirtualnemedi.pl/artykul/polski-rynek-lekow-bez-recepty-i-suplementow-diety-z-szybkim-wzrostem-w-latach-2016-2021#>

³ Wartość rynku suplementów to 3 mld złotych rocznie, jak podaje:

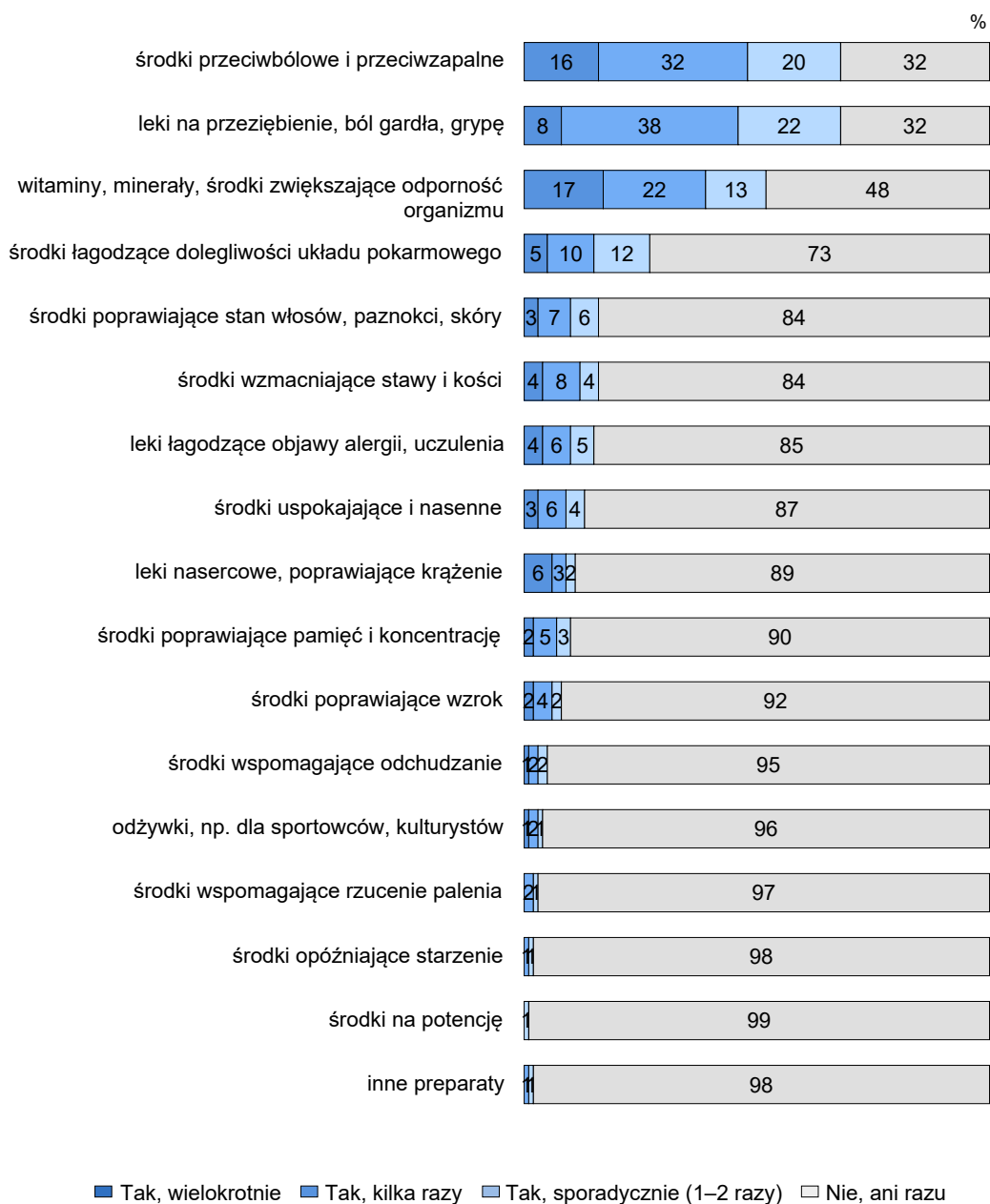
<http://www.rynekapteki.pl/wywiad/wszzechobecna-reklama-lekow-OTC-oraz-suplementow-diety,13082.html>

⁴ Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (316) przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (face-to-face) wspomaganym komputerowo (CAPI) w dniach 8–15 września 2016 roku na liczącej 981 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

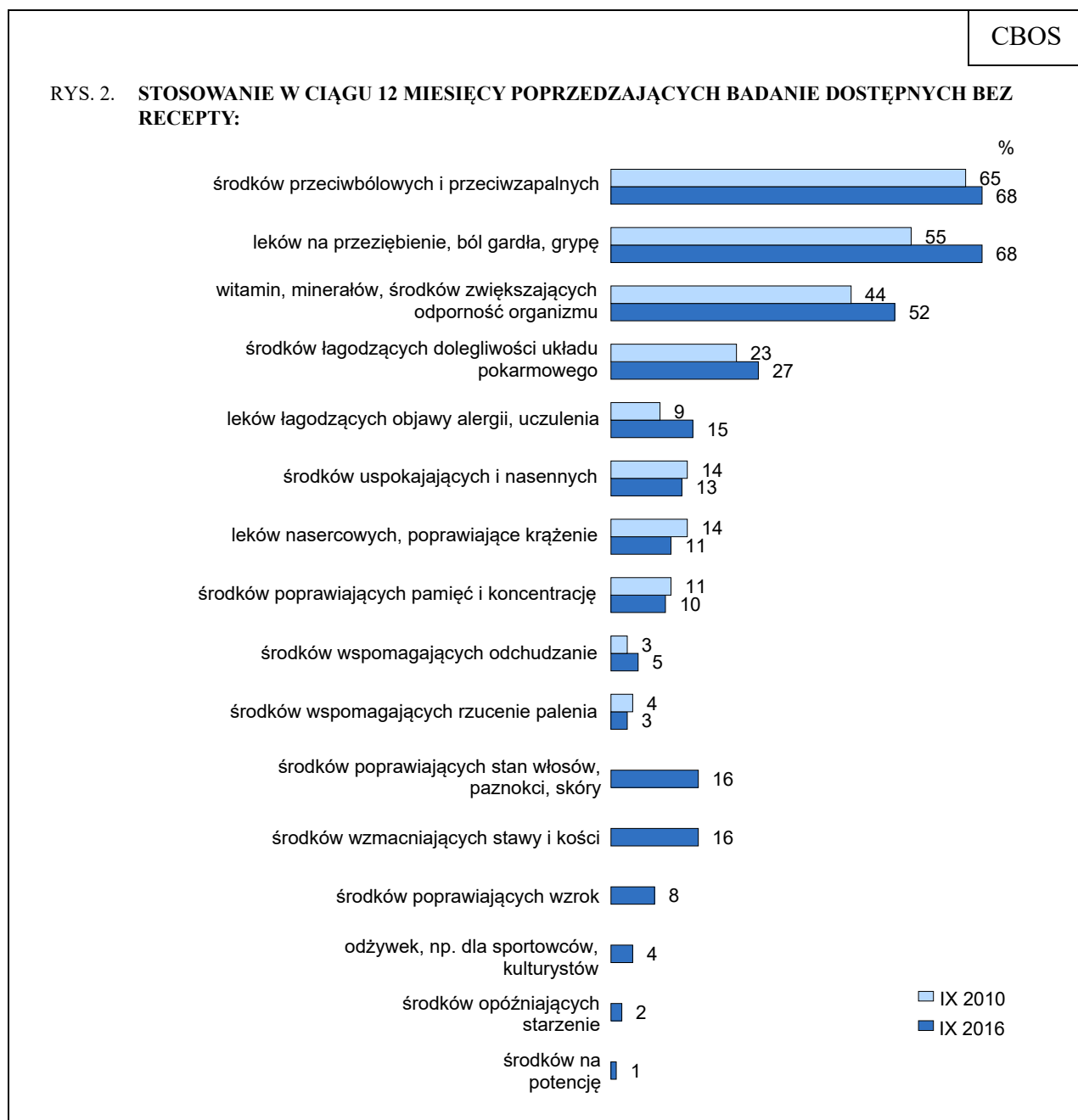
serca (11%), pamięć i koncentrację (10%) oraz wzrok (8%). Najmniej użytkowników miały środki na odchudzanie (5%), wspomagające rzucanie palenia (3%), odżywki dla sportowców (4%), leki i suplementy opóźniające proces starzenia (2%), a także zwiększające libido (1%). Przeciętnie, jak wynika z analizy, stosowano trzy z wymienionych środków (średnia = 3,2).

CBOS

RYS. 1. CZY W CIĄGU OSTATNICH 12 MIESIĘCY STOSOWAŁ(A) PAN(I) DOSTĘPNE BEZ RECEPTY:



Zestawienie aktualnych danych z wynikami sprzed sześciu lat wskazuje, że, ogólnie rzecz biorąc, konsumentów leków dostępnych bez recepty i suplementów diety przybyło lub też – w przypadku niektórych rodzajów środków – ich liczba utrzymuje się na zbliżonym do ówczesnego poziomie. Najsilniej zaznacza się wzrost popularności leków na przeziębienie i grypę, witamin, minerałów i środków poprawiających odporność, a także łagodzących objawy uczulenia. Minimalnie przybyło osób stosujących środki na dolegliwości układu pokarmowego, a także przeciwbólowe i przeciwzapalne, natomiast nieznacznie ubyło użytkowników preparatów na krążenie. Pozostałe leki OTC i suplementy diety są obecnie przyjmowane równie często jak sześć lat temu.



W niektórych przypadkach brak danych z IX 2010 r.

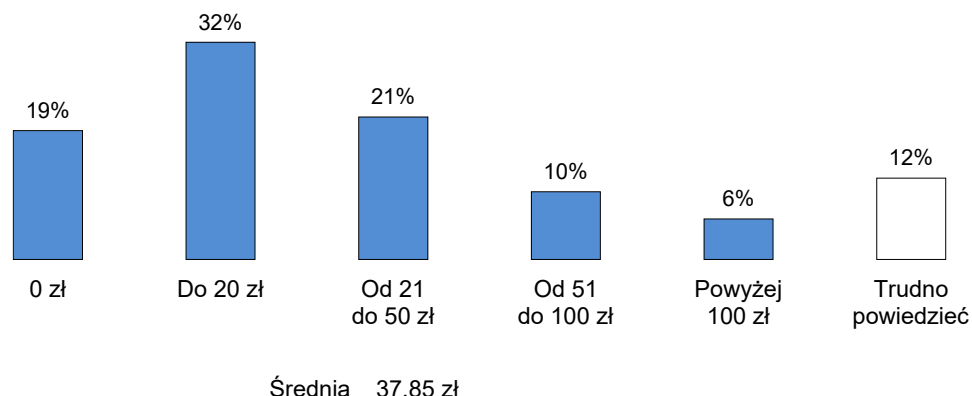
Po niemal wszystkie typy leków OTC i suplementów diety częściej sięgają kobiety niż mężczyźni. Zależność ta jest szczególnie wyraźna w przypadku środków dermatologicznych (27% wobec 3%), leków przeciwbólowych i przeciwzapalnych (75% wobec 60%), łagodzących objawy przeziębienia (74% wobec 62%), dolegliwości pokarmowe (33% wobec 21%), objawy alergii (19% wobec 10%), preparatów witaminowych i poprawiających odporność (56% wobec 47%), wpływających na zdrowie stawów i kości (21% wobec 12%), a także wspomagających odchudzanie (6% wobec 3%). Jediną kategorią środków, która wśród mężczyzn cieszy się znacznie większą popularnością niż wśród kobiet, są odżywki dla sportowców (7% wobec 1%)⁵. Stosowanie leków i suplementów diety zależy również od wieku badanych. Niektóre z nich – jak na przykład leki przeciwbólne, niwelujące objawy przeziębienia, alergii, preparaty poprawiające odporność, stan włosów, paznokci i skóry czy odżywki dla sportowców – są bardziej popularne wśród młodszych niż wśród starszych respondentów. Ci drudzy natomiast w większym stopniu sięgają po leki poprawiające krążenie i kondycję serca, pamięć i koncentrację oraz wzmacniające stawy i kości.

Stosowanie większości leków dostępnych bez recepty oraz suplementów diety, o które pytaliśmy, nie ma istotnego związku z oceną własnego stanu zdrowia. Osoby źle oceniające swoje zdrowie wyróżniają się *in plus* jedynie w przypadku przyjmowania środków uspokajających i nasennych (w tej grupie przyjmowało je 23% wobec 17% w grupie oceniających stan swojego zdrowia przeciętnie i 9% w grupie z niego zadowolonych), a także nasercowych i poprawiających krążenie (26% wobec 16% wśród diagnozujących stan swojego zdrowia jako „taki sobie” i 5% wśród twierdzących, że jest on dobry). Można ponadto wspomnieć, że w większości przypadków nie obserwujemy istotnych statystycznie zależności między liczbą wizyt lekarskich w ciągu ostatniego roku a częstością sięgania po leki bez recepty. Nawet w sytuacjach, w których taki związek występuje (m.in. w przypadku leków łagodzących dolegliwości układu pokarmowego, niwelujących objawy przeziębienia czy preparatów zawierających witaminy i minerały), jego siła jest niewielka.

Z deklaracji badanych wynika, że przeciętne miesięczne wydatki Polaków na leki dostępne bez recepty oraz suplementy diety wynoszą blisko 38 zł (średnia = 37,85 zł, odchylenie standardowe = 54,21, a mediana = 20 zł).

⁵ Mężczyźni częściej sięgają także po środki ułatwiające rzucenie palenia i zwiększające libido, niemniej jednak w tych przypadkach różnice należy traktować ostrożnie ze względu na niewielką liczbę użytkowników w próbie.

RYS. 3. ILE PRZECIĘTNIE WYDAJE PAN(I) MIESIĘCZNIE NA LEKI DOSTĘPNE BEZ RECEPTY I SUPLEMENTY DIETY?

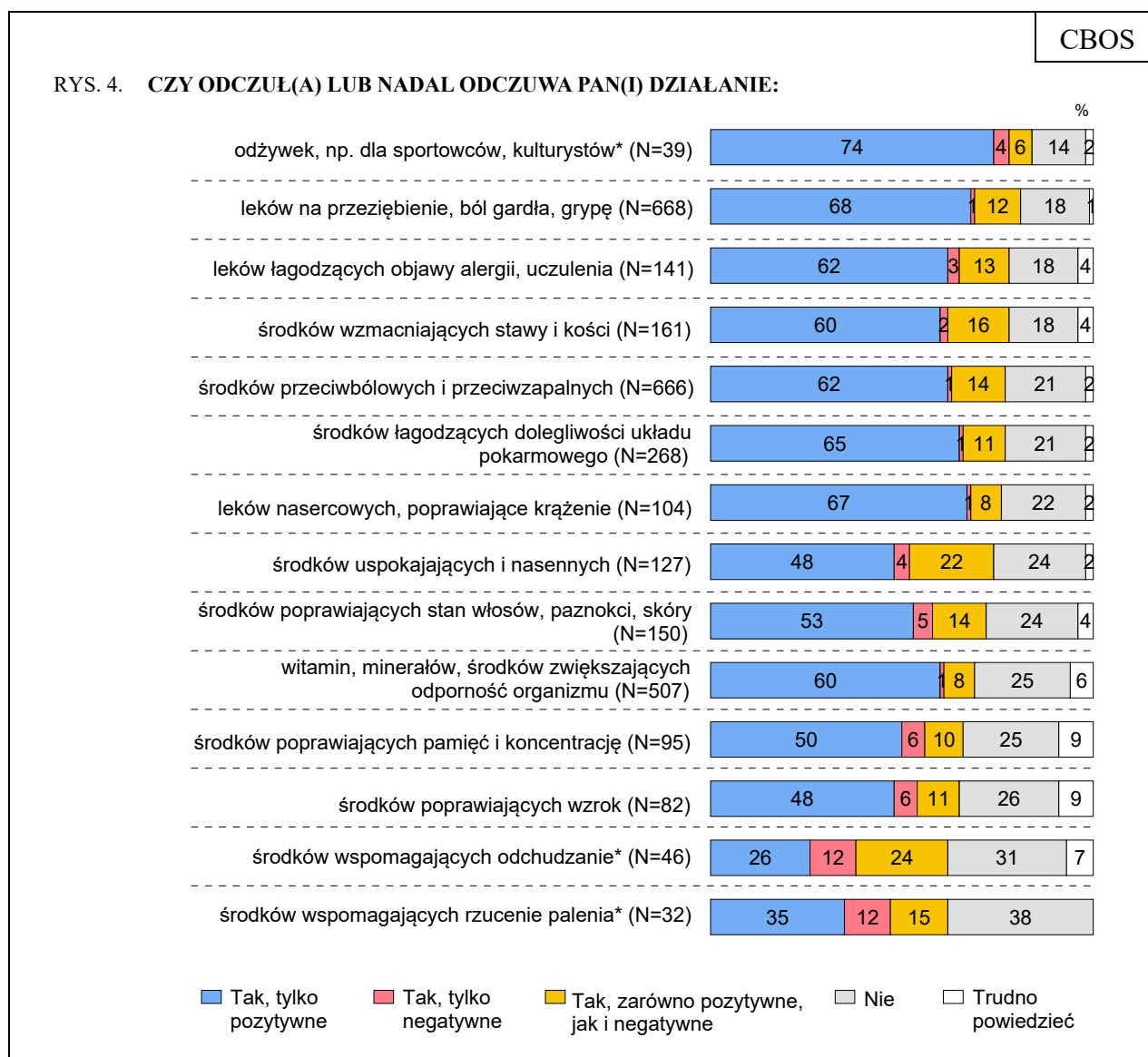


Na leki OTC i suplementy diety więcej na tle ogółu wydają kobiety, najstarsi respondenci, mieszkańcy największych aglomeracji i miast średniej wielkości, osoby z gospodarstw domowych o dochodach powyżej 1399 zł *per capita*, uzyskujące najniższe dochody na osobę (do 649 zł) oraz badani źle oceniający stan swojego zdrowia. Natomiast relatywnie najmniej przeznaczają na nie mężczyźni, respondenci najmłodsi oraz mający od 45 do 54 lat, mieszkańcy wsi i badani z gospodarstw o dochodach od 650 zł do 999 zł na osobę.

Tabela 1

Cechy społeczno-demograficzne		Miesięczne wydatki na leki dostępne bez recepty i suplementy diety (w zł)	
		Średnia	Odchylenie standardowe
Ogółem		37,85	54,21
Płeć	Mężczyźni	29,72	45,71
	Kobiety	44,53	59,54
Wiek	18–24 lata	29,25	37,96
	25–34	31,27	41,11
	35–44	39,00	50,79
	45–54	28,25	35,22
	55–64	33,83	49,09
	65 lat i więcej	55,59	77,98
Miejsce zamieszkania	Wieś	29,17	40,83
	Miasto do 19 999	40,77	52,85
	20 000 – 99 999	47,31	70,79
	100 000 – 499 999	36,55	49,99
	500 000 i więcej mieszkańców	50,00	61,30
Dochody na jedną osobę	Do 649 zł	43,86	54,84
	Od 650 zł do 999 zł	25,62	34,07
	Od 1000 zł do 1399 zł	35,06	43,90
	Od 1400 zł do 1999 zł	42,32	75,16
	2000 zł i więcej	44,37	57,10
Ocena stanu zdrowia	Dobry	32,33	47,85
	Taki sobie	41,93	49,99
	Zły	55,87	91,47

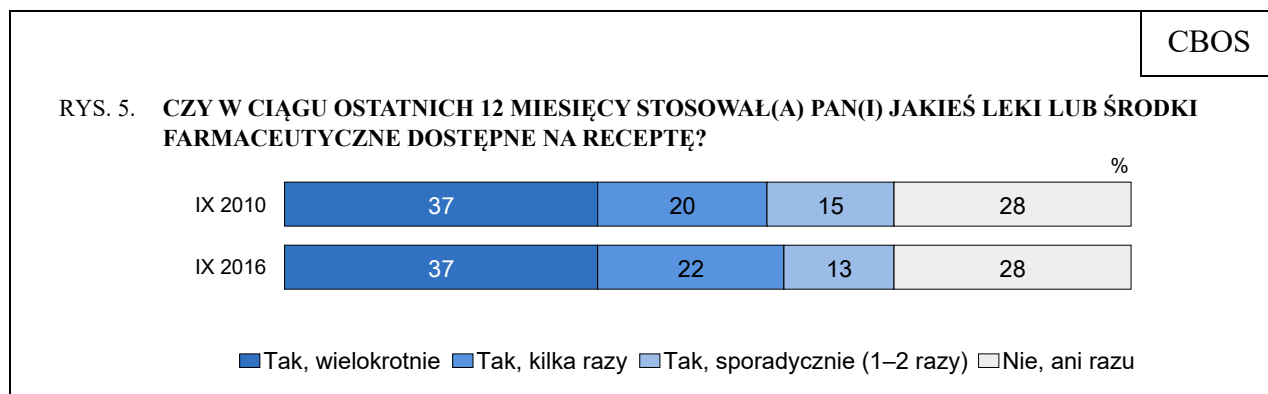
Na podstawie deklaracji osób przyjmujących poszczególne leki dostępne bez recepty i suplementy diety można stwierdzić, że środki te spełniają swoje zadanie – ich działanie było na ogół odczuwalne i oceniane przeważnie jako pozytywne. Problem nieskuteczności pojawia się relatywnie najczęściej w odniesieniu do preparatów wspomagających rzucanie palenia oraz odchudzanie. Skutki negatywne – występujące jako jedyne lub towarzyszące pozytywnym – relatywnie często wskazują osoby stosujące środki wspomagające odchudzanie, rzucanie palenia, poprawiające kondycję skóry, włosów i paznokci, a także – choć te kategorie pominięto na rysunku ze względu na bardzo małe liczebności – preparaty mające zwiększać libido oraz opóźniać starzenie. Do najbezpieczniejszych, tzn. takich, które – zdaniem badanych – najrzadziej wywoływały skutki uboczne, zaliczyć można leki poprawiające krążenie, witaminy, minerały i środki poprawiające odporność organizmu, a także odżywki dla sportowców.



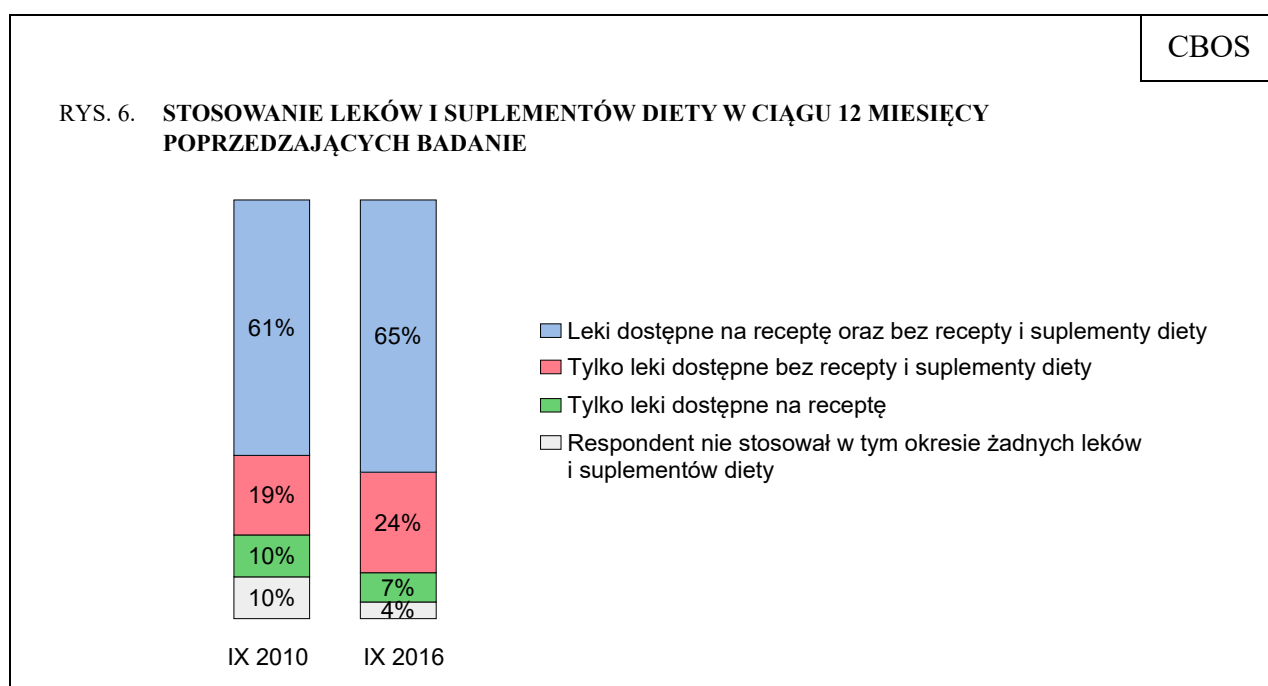
* Uwaga, mała liczebność. Ze względu na bardzo małą grupę użytkowników, pominięto środki na potencję (N=13) i opóźniające starzenie (N=22)

LEKI OTC A LEKI NA RECEPTĘ

Środkami dostępnymi na receptę leczyło się w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie niemal trzy czwarte dorosłych (72%): ponad jedna trzecia (37%) przyjmowała je wielokrotnie, jedna piąta (20%) – kilka razy, a 15% – sporadycznie, 1–2 razy. Obecny zasięg stosowania leków dostępnych na receptę nie odbiega od tego sprzed sześciu lat.



Dwie trzecie dorosłych Polaków (65%) w ciągu ostatnich 12 miesięcy używało leków z obu kategorii (w tym także suplementów diety), co czwarty (24%) stosował jedynie preparaty OTC i suplementy diety, a 7% – tylko środki przepisane przez lekarza. Czterech na stu respondentów (4%) nie przyjmowało w tym okresie żadnych leków.



Wyniki nie są w pełni porównywalne ze względu na inny sposób pytania – obecnie i w 2010 roku – o stosowanie leków OTC i suplementów diety

Przyjmowanie określonego typu leków oraz suplementów diety zależy w pewnym stopniu od stanu zdrowia. Badani, którzy określają swój stan zdrowia jako zły, dwukrotnie częściej niż respondenci oceniający go jako dobry stosowali wyłącznie preparaty medyczne dostępne na receptę, natomiast rzadziej od pozostałych – tylko leki OTC i suplementy diety. Z kolei osoby kwalifikujące się jako zdrowe wyróżniają się na tle pozostałych jako konsumenci wyłącznie leków dostępnych bez recepty i suplementów diety.

Tabela 2

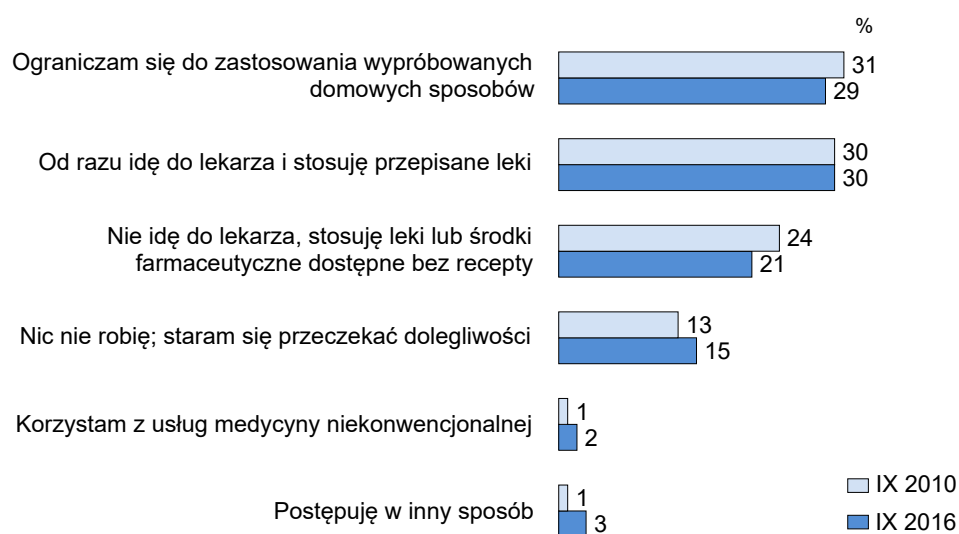
Ocena stanu zdrowia	Stosowanie leków w ciągu ostatnich 12 miesięcy			
	Leki dostępne na receptę oraz bez recepty i suplementy diety	Tylko leki dostępne bez recepty i suplementy diety	Tylko leki dostępne na receptę	Respondent nie stosował w tym okresie żadnych leków
	w procentach			
Dobry	59	31	6	4
Taki sobie	71	16	9	4
Zły	79	7	12	2
Ogółem	65	24	7	4

Wyłącznie leki dostępne bez recepty i suplementy diety przyjmują częściej mężczyźni niż kobiety (które częściej niż oni stosują je razem z lekami na receptę). Z leków OTC i suplementów częściej korzystają młodszy (do 44 lat) niż starsi badani. Wśród starszych (55+), ze zrozumiałych względów bardziej popularne są leki na receptę.

STRATEGIE LECZENIA I SPOSOBY KORZYSTANIA Z LEKÓW DOSTĘPNYCH BEZ RECEPTY

Z deklaracji badanych wynika, że sposoby reagowania i radzenia sobie ze złym samopoczuciem i pierwszymi objawami choroby są zróżnicowane. Samodzielne stosowanie leków dostępnych bez recepty lokuje się na trzecim miejscu (wskazuje je 21% dorosłych), po konsultacji lekarskiej i przyjmowaniu przepisanych przez lekarza środków medycznych (30%) oraz korzystaniu z tzw. domowych sposobów radzenia sobie z chorobą (29%). Prawie jedna siódma (15%) nie podejmuje w takiej sytuacji konkretnych działań, a dwóch na stu (2%) odwołuje się do rozwiązań z zakresu medycyny niekonwencjonalnej. Strategie reagowania w sytuacji choroby są obecnie niemal takie same jak te deklarowane sześć lat temu.

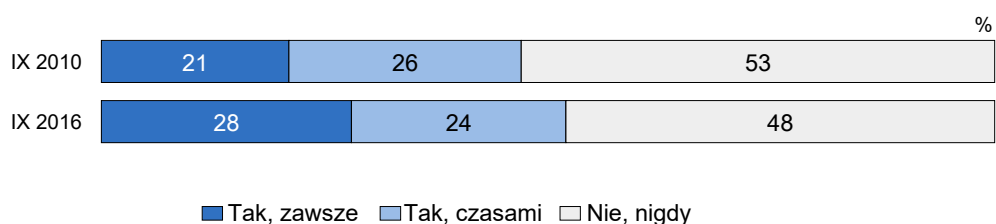
RYS. 7. **PROSZĘ POWIEDZIEĆ, CO ZAZWYCZAJ PAN(I) ROBI, GDY CZUJE SIĘ CHORY(A), ODCZUWA BÓL, MA JAKIEŚ DOLEGLIWOŚCI?**



Na sposób postępowania przy pierwszych objawach choroby wpływ ma wiek ankietowanych – im są starsi, tym częściej kierują się w takiej sytuacji do lekarza i zażywają przepisane przez niego leki, natomiast młodsi relatywnie częściej leczą się środkami dostępnymi bez recepty. Można dodać, że osoby znajdujące się w złej sytuacji materialnej relatywnie często deklarują, że nie robią w takiej sytuacji nic, starając się przeczekać dolegliwości.

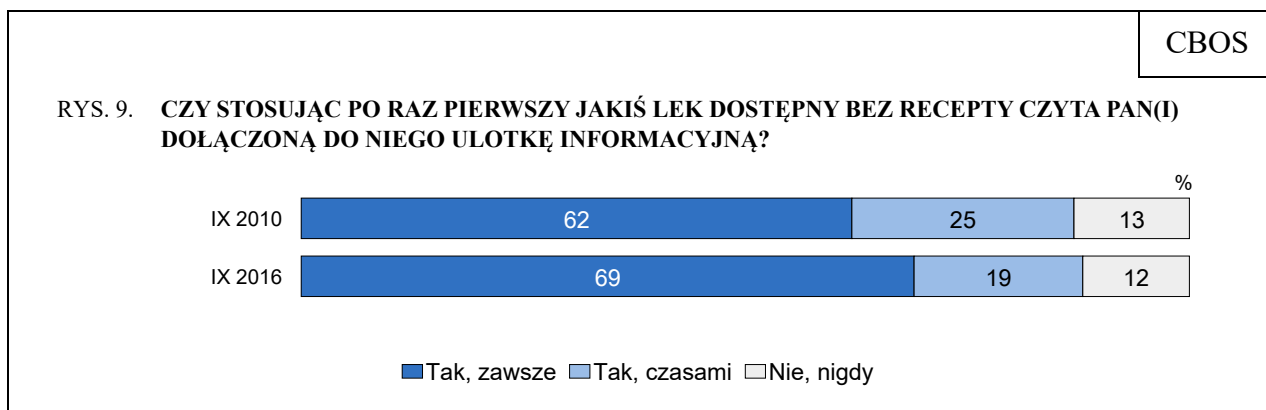
Interesowało nas to, czy badani dowiadują się wcześniej czegoś o lekach dostępnych bez recepty, które biorą po raz pierwszy, i skąd czerpią informacje. Nieco ponad połowa respondentów (52%) konsultuje użycie nowych leków OTC z lekarzem lub farmaceutą, przy czym 28% z nich robi to za każdym razem sięgając po nieznaną preparat. Ta grupa zwiększyła się w stosunku do pomiaru sprzed sześciu lat.

RYS. 8. **CZY STOSUJĄC PO RAZ PIERWSZY JAKIŚ LEK DOSTĘPNY BEZ RECEPTY KONSULTUJE PAN(I) JEGO UŻYCIE Z LEKARZEM LUB FARMACEUTĄ?**



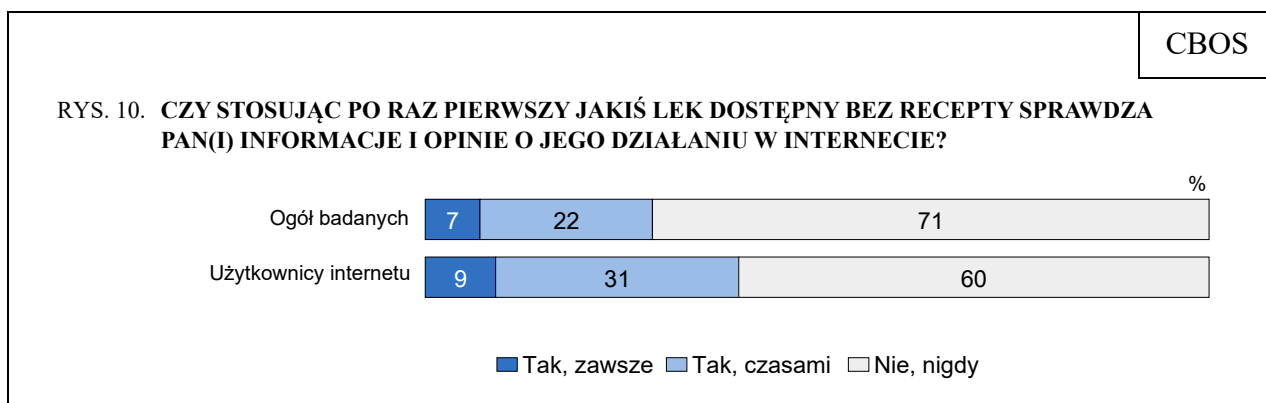
Wyłączono osoby w ogóle niestosujące leków

Częstsze niż konsultacje z lekarzem lub farmaceutą jest czerpanie informacji o lekach z dołączonych do nich ulotek, które – jak wynika z deklaracji – czyta 88% badanych, z czego ponad dwie trzecie (69%) zawsze, ilekroć zamierzają zastosować jakiś preparat po raz pierwszy. Wprowadzie przez ostatnie sześć lat przybyło tych, którzy korzystając z nieznanego im leku OTC sięgają do ulotki, jednak zmniejszył się jednocześnie odsetek robiących to sporadycznie, tak więc w ogólnym ujęciu zasięg czerpania informacji w ten sposób się nie zmienił.



Wyłączono osoby w ogóle nie stosujące leków

Niemal jedna trzecia dorosłych (29%, czyli 40% użytkowników internetu) stosując jakiś lek dostępny bez recepty po raz pierwszy sprawdza informacje i opinie o jego działaniu w internecie. Większość z nich (22% ogółu badanych, czyli 31% internautów) robi to jednak tylko czasami.



Wyłączono osoby w ogóle nie stosujące leków

Ogólnie rzecz biorąc, tylko dziewięciu na stu badanych przyjmujących jakieś leki dostępne bez recepty, stosując je po raz pierwszy nie zasięga informacji o ich działaniu z powyższych źródeł. Pozostali najczęściej korzystają z dwóch z nich, a około jednej szóstej – ze wszystkich trzech.

RYS. 11. LICZBA ŹRÓDEŁ INFORMACJI O LEKACH I ICH DZIAŁANIU

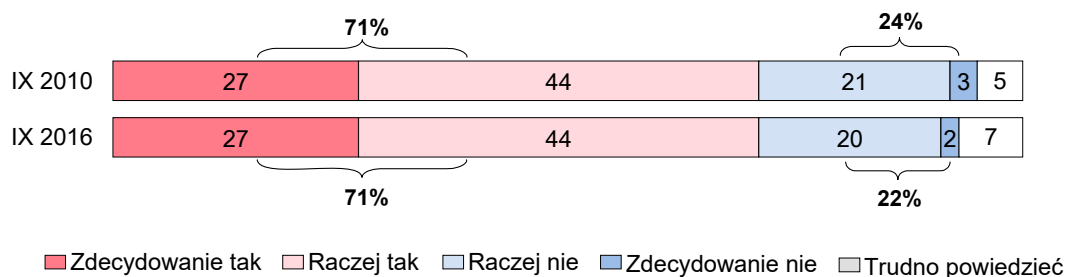


O przyjmowanych po raz pierwszy lekach OTC częściej nie mają informacji z omawianych źródeł mężczyźni niż kobiety (16% wobec 4%), a także respondenci najslabiej wykształceni (17%) oraz znajdujący się w złej sytuacji materialnej (21%). Z kolei relatywnie rzadko są to badani najmłodszy (4%) oraz najlepiej wykształceni (3%).

NIEWŁAŚCIWE STOSOWANIE

Większość dorosłych (71%) jest świadoma tego, że leki i preparaty farmaceutyczne dostępne bez recepty mogą mieć również negatywny wpływ na zdrowie. Ponad jedna piąta (22%) nie podziela takich obaw. Postrzeganie leków OTC pod tym względem nie zmieniło się w ciągu ostatnich sześciu lat.

RYS. 12. CZY UWAŻA PAN(I), ŻE STOSOWANIE LEKÓW, PREPARATÓW FARMACEUTYCZNYCH DOSTĘPNYCH BEZ RECEPTY MOŻE BYĆ SZKODLIWE DLA ZDROWIA?



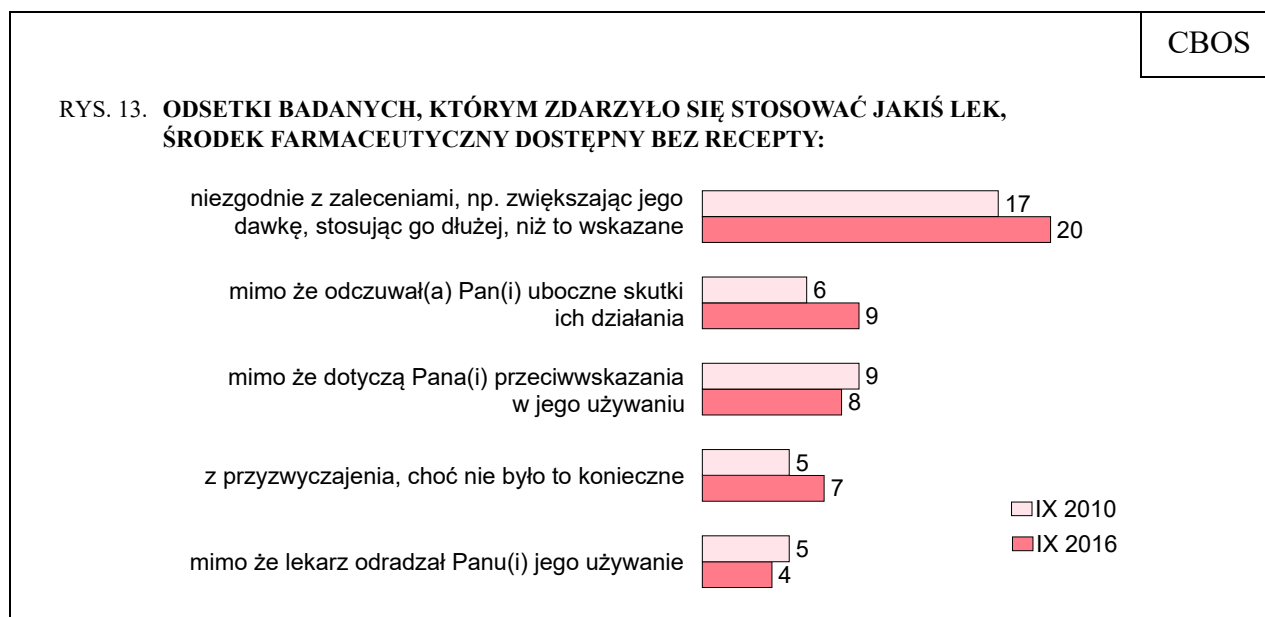
Wprawdzie przekonanie o możliwości negatywnego wpływu na zdrowie leków dostępnych bez recepty przeważa we wszystkich analizowanych grupach społeczno-demograficznych, w niektórych jednak jest ono wyrażane rzadziej. Dotyczy to przede wszystkim młodszych respondentów, zwłaszcza mających od 18 do 24 lat, wśród których 41% kwestionuje możliwe działanie niepożądane leków OTC, a także, w mniejszym stopniu, mieszkańców największych aglomeracji (31%) oraz osób niestosujących żadnych leków (29%). Z kolei relatywnie większą ostrożnością w tej kwestii wykazują się badani, którzy stosują wyłącznie leki dostępne na receptę – przekonanie, że te dostępne bez recepty mogą także szkodzić, jest w tej grupie niemal powszechne (87%). Warto ponadto zauważyć, że nie ma istotnego związku między poszukiwaniem informacji o przyjmowanych po raz pierwszy lekach OTC a przekonaniem o skutkach ubocznych ich stosowania.

Badanym przedstawiliśmy również kilka sytuacji jako przykłady niewłaściwego stosowania leków dostępnych bez recepty – po to, aby określili, czy kiedykolwiek zdarzyło im się korzystać z nich w taki sposób. Najczęstszą nieprawidłowością, jak wynika z deklaracji respondentów, było używanie danego preparatu niezgodnie z zaleceniami (20%) – nieprzestrzeżenie określonego dawkowania, stosowanie leku dłużej, niż jest to wskazane. Niemal jednej dziesiątej badanych (9%) zdarzyło się kontynuować przyjmowanie leku OTC, chociaż odczuwali jego skutki uboczne, a 8% stosowało jakiś środek medyczny mimo dotyczących ich przeciwwskazań. Siedmiu na stu (7%) przyznaje, że zażywało jakiś lek z przyzwyczajenia, chociaż nie było to konieczne, a 4% stosowało dany preparat wbrew opinii lekarza.

Tabela 3

Jak często zdarzały się Panu(i) takie sytuacje, że stosował(a) Pan(i) jakiś lek, środek farmaceutyczny dostępny bez recepty:	Bardzo często	Dość często	Raczej rzadko	Wcale
	w procentach			
– niezgodnie z zaleceniami, np. zwiększając jego dawkę, stosując go dłużej, niż to wskazane	0	3	17	80
– mimo że dotyczą Pana(i) przeciwwskazania w jego używaniu	0	1	7	92
– mimo że lekarz odradzał Panu(i) jego używanie	0	1	3	96
– mimo że odczuwał(a) Pan(i) uboczne skutki ich działania	0	1	8	91
– z przyzwyczajenia, choć nie było to konieczne	0	2	5	93

Ogólnie rzecz biorąc, siedmiu na dziesięciu badanych (72%) twierdzi, że nie zdarzyła im się żadna z powyższych sytuacji, co szósty (17%) – zadeklarował jeden taki przypadek, 6% – dwa, a pozostali (5%) – trzy lub więcej (a dwóm na stu zdarzyły się wszystkie). W stosunku do 2010 roku odsetek dorosłych, którzy stosowali leki dostępne bez recepty w sposób niewłaściwy, wzrósł z 21% do 28%.



Do niewłaściwego stosowania leków dostępnych bez recepty częściej przyznają się młodszy (do 44 roku życia) niż starsi badani. Wyróżniają się pod tym względem zwłaszcza najmłodszy respondenci. Ponadto w sposób niewłaściwy środki farmaceutyczne dostępne bez recepty częściej niż przeciętnie zdarzyło się stosować mieszkańcom największych aglomeracji i osobom znajdującym się w złej sytuacji materialnej, a także tym, którzy kwestionują możliwość ich negatywnego wpływu na zdrowie. Paradoksalnie, częstsze deklaracje nieprawidłowości w zażywaniu leków mogą być spowodowane większą wiedzą o ich działaniu i sposobie dawkowania. Okazuje się, że osoby, które, zażywając lek po raz pierwszy, czerpały informacje na jego temat ze wszystkich wymienionych źródeł (lekarz lub farmaceuta, załączona ulotka i ogólnie – internet), częściej niż mniej zorientowani czy też w ogóle niezorientowani twierdzą, że zdarzyło im się przyjmować środki farmaceutyczne dostępne bez recepty w sposób nieprawidłowy.

Tabela 4

Cechy społeczno-demograficzne		Odsetki badanych, którym zdarzyła się przynajmniej jedna z pięciu sytuacji niewłaściwego stosowania leku dostępnego bez recepty
Ogółem		28
Wiek	18–24 lata	43
	25–34	33
	35–44	35
	45–54	25
	55–64	20
	65 lat i więcej	28
Miejsce zamieszkania	Wieś	27
	Miasto do 19 999	29
	20 000 – 99 999	28
	100 000 – 499 999	25
	500 000 i więcej mieszkańców	40
Wykształcenie	Podstawowe lub gimnazjalne	24
	Zasadnicze zawodowe	25
	Średnie	31
	Wyższe	32
Sytuacja materialna	Zła	37
	Przeciętna	28
	Dobra	27
Liczba źródeł informacji o lekach OTC przyjmowanych po raz pierwszy i ich działaniu	Zero	25
	Jedno	21
	Dwa	34
	Trzy	40
Czy stosowanie leków OTC może być szkodliwe dla zdrowia?	Tak	28
	Nie	35

Sprawdziliśmy również, w jakim stopniu niewłaściwe używanie leków OTC wiąże się ze stosowaniem poszczególnych rodzajów lekarstw i suplementów. Zależności należy traktować ostrożnie: grupy ich użytkowników nie są rozłączne i nie wiemy dokładnie, do którego środka odnosi się respondent mówiąc, że zdarzyło mu się w nieprawidłowy sposób stosować lek dostępny bez recepty. Najczęściej do stosowania leku niezgodnie z zaleceniami przyznają się osoby, które w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy korzystały z odżywek dla sportowców, środków wspomagających odchudzanie, a ponadto uspokajających i nasennych, pomagających rzucić palenie oraz poprawiających pamięć i koncentrację. Przyjmowanie środków farmaceutycznych mimo braku takiej konieczności, z przyzwyczajenia, najczęściej dotyczy również konsumentów preparatów na odchudzanie, odżywek dla sportowców, a także środków wspomagających rzucenie palenia. Niektóre z tych obserwacji znajdują potwierdzenie

w analizie regresji⁶ (np. te dotyczące leków uspokajających i nasennych), wyróżniającej jednak jeszcze inne rodzaje leków, w przypadku których ryzyko nieprawidłowego stosowania jest istotnie większe, m.in. środki przeciwbólowe i przeciwzapalne. W poniższej tabeli, ze względu na bardzo małą liczebność, pominięto konsumentów preparatów zwiększających libido (ci wyróżniają się także w analizie regresji) oraz opóźniających starzenie, warto jednak zaznaczyć, że większości badanych, którzy zadeklarowali ich przyjmowanie, zdarzyło się stosować leki w sposób niewłaściwy (11 spośród 13 użytkowników środków na potencję i 15 spośród 22 konsumentów preparatów opóźniających starzenie).

Tabela 5

W ciągu ostatnich 12 miesięcy następujące leki dostępne bez recepty i suplementy diety:	Odsetki badanych, którym zdarzyło(a) się:		
	stosować lek dostępny bez recepty niezgodnie z zaleceniami, np. zwiększając jego dawkę, używając go dłużej niż to wskazane	stosować lek dostępny bez recepty z przyzwyczajenia, choć nie było to konieczne	przynajmniej jedna z sytuacji niewłaściwego stosowania leku dostępnego bez recepty
– odżywki, np. dla sportowców, kulturystów*	51	28	62
– środki wspomagające odchudzanie*	46	30	59
– środki uspokajające i nasenne	38	18	50
– leki łagodzące objawy alergii, uczulenia	32	15	49
– środki poprawiające pamięć i koncentrację	34	16	45
– środki wzmacniające stawy i kości	29	16	45
– środki poprawiające stan włosów, paznokci i skóry	29	12	43
– środki poprawiające wzrok	31	16	42
– środki łagodzące dolegliwości układu pokarmowego	28	12	40
– środki wspomagające rzucenie palenia*	36	23	39
– witaminy, minerały, środki zwiększające odporność organizmu	26	11	38
– środki przeciwbólowe i przeciwzapalne	25	9	35
– leki na przeziębienie, ból gardła, grypę	24	8	34
– leki nasercowe, poprawiające krążenie	26	16	33
– Jakikolwiek lek dostępny bez recepty / suplement diety	22	8	31

* Uwaga, mała liczebność

⁶ Z analizy regresji wynika, że prawdopodobieństwo nieprawidłowego stosowania leków (w którykolwiek sposób) jest istotnie statystycznie większe głównie w przypadku używania leków uspokajających i nasennych (exp (B) = 2,136), przeciwbólowych i przeciwzapalnych (exp (B) = 1,967), a poza tym – jednak już w mniejszym stopniu – łagodzących objawy uczulenia (exp (B) = 1,650), witamin, minerałów i środków zwiększających odporność (exp (B) = 1,632) oraz leków na przeziębienie, grypę (exp (B) = 1,489). Prawdopodobieństwo niewłaściwego zastosowania zwiększa również przyjmowanie preparatów na potencję (exp (B) = 7,658) oraz odżywek dla sportowców i kulturystów (exp (B) = 2,320), niemniej jednak te wyniki należy traktować ostrożnie ze względu na bardzo małą liczbę użytkowników. Wszystkie wymienione zależności są istotne na poziomie < 0,05.



Leki dostępne bez recepty i suplementy diety cieszą się wśród Polaków dużą popularnością. W ciągu roku poprzedzającego badanie stosowało je niemal dziewięciu na dziesięciu dorosłych. W ostatnich sześciu latach nastąpił również wzrost popularności niektórych leków OTC i suplementów diety – w największym stopniu dotyczy to preparatów na przeziębienie i grypę, witamin, minerałów i środków poprawiających odporność organizmu, a także łagodzących objawy uczulenia. Leki dostępne na receptę – dla porównania – stosowało w tym okresie niespełna trzy czwarte badanych. Korzystanie z tych drugich jest jednak w większym stopniu powiązane z problemami zdrowotnymi, podczas gdy z większości rodzajów środków farmaceutycznych dostępnych bez recepty i suplementów diety korzystają w zbliżonym stopniu osoby zadowolone, jak i niezadowolone ze stanu swojego zdrowia. Można dodać, że w sytuacji złego samopoczucia lub choroby dla nieco większej grupy badanych nadal pierwszym odruchem jest wizyta u lekarza, a nie leczenie na własną rękę przy pomocy preparatów farmaceutycznych niewymagających recepty.

Z deklaracji wynika, że niemal powszechne jest poszukiwanie informacji o leku, który przyjmowany jest po raz pierwszy. Dla największej grupy badanych źródłem wiedzy jest dołączona do niego ulotka, rzadziej lekarz lub farmaceuta oraz informacje i opinie zamieszczone w internecie. W ostatnich sześciu latach przybyło osób, które każdorazowo konsultują przyjmowanie nowego leku OTC z lekarzem lub farmaceutą. Większość ankietowanych, podobnie jak przed laty, ma świadomość, że leki dostępne bez recepty mają również skutki uboczne i mogą negatywnie oddziaływać na zdrowie.

Do niewłaściwego stosowania leków bez recepty przyznaje się ponad jedna czwarta dorosłych. Grupa ta zwiększyła się w ostatnich sześciu latach. Błędy i nieprawidłowości w korzystaniu z leków OTC dotyczyły najczęściej stosowania ich niezgodnie z zaleceniami – np. zwiększania dawki, stosowania preparatów dłużej, niż jest to wskazane – rzadziej natomiast lekceważenia skutków ubocznych lub przeciwwskazań, przyjmowania jakichś preparatów z przyzwyczajania, mimo braku konieczności lub – najrzadziej – mimo negatywnej opinii lekarza o tym sposobie leczenia.

#

Opracował

Michał FELIKSIĄK

A N E K S

Tabela 1

Stosowanie leków i suplementów diety w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie		Leki dostępne na receptę oraz bez recepty i suplementy diety	Tylko leki dostępne bez recepty i suple- menty diety	Tylko leki dostępne na receptę	Respondent nie stosował w tym okresie żadnych leków ani suplementów diety	Liczba osób
		%	%	%	%	
Ogółem		65	24	7	4	980
Płeć	Mężczyźni	57	27	8	7	461
	Kobiety	72	21	6	1	519
Wiek	18–24 lata	67	30		4	76
	25–34	62	31	2	4	190
	35–44	57	31	6	6	184
	45–54	65	26	4	6	148
	55–64	66	18	14	2	178
	65 lat i więcej	74	11	13	2	205
Miejsce zamieszkania	Wieś	62	25	8	5	392
	Miasto do 19 999	63	24	10	3	145
	20 000 – 99 999	67	26	6	2	217
	100 000 – 499 999	69	21	6	4	149
	500 000 i więcej mieszk.	75	17	3	5	78
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	64	20	11	5	195
	Zasadnicze zawodowe	62	21	11	6	240
	Średnie	63	28	5	4	299
	Wyższe	72	24	3	1	246
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	70	25	4	1	114
	Średni personel, technicy	60	36		4	35
	Pracownicy adm.-biurowi	65	29	2	3	61
	Pracownicy usług	56	33	5	6	64
	Robotnicy wykwalifikowani	57	32	6	6	104
	Robotnicy niewykwalifik.	53	29	10	9	41
	Rolnicy	50	31	10	9	53
	Pracujący na własny rach.	57	40		3	44
	Bezrobotni	64	17	4	14	38
	Emeryci	72	12	14	2	243
	Renciści	68	12	17	2	63
	Uczniowie i studenci	80	20			39
	Gospodynie domowe i inni	71	25		4	81
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	60	33	5	3	123
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	69	20	5	6	83
	sekt. pryw. poza rolnict.	60	33	3	3	252
	prywatnym gosp. rolnym	52	30	8	10	63
Dochody na jedną osobę	Do 649 zł	62	27	6	5	107
	Od 650 zł do 999 zł	63	26	7	4	119
	Od 1000 zł do 1399 zł	66	24	4	5	130
	Od 1400 zł do 1999 zł	66	22	9	3	141
	2000 zł i więcej	70	21	8	2	143
Ocena własnych war. mater.	Złe	63	20	8	9	62
	Średnie	66	23	8	3	385
	Dobre	65	24	7	4	534
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	69	22	9		39
	Raz w tygodniu	66	23	9	2	446
	1–2 razy w miesiącu	70	19	8	2	142
	Kilka razy w roku	65	24	4	7	216
	W ogóle nie uczestniczy	55	31	5	9	129
Poglądy polityczne	Lewica	66	21	5	8	161
	Centrum	64	25	9	3	259
	Prawica	68	22	8	2	291
	Trudno powiedzieć	64	24	6	5	261

Tabela 2

		Proszę powiedzieć, co zazwyczaj Pan(i) robi, gdy czuje się chory(a), odczuwa ból, ma jakieś dolegliwości?						Liczba osób
		Ograniczam się do zastosowania wypróbowanych domowych sposobów	Od razu idę do lekarza i stosuję przepisane leki	Nie idę do lekarza, stosuję leki lub środki farmaceutyczne dostępne bez recepty	Nic nie robię, staram się przeczekać dolegliwości	Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej	Postępuję w inny sposób	
		%	%	%	%	%	%	
Ogółem		29	30	21	15	2	3	974
Płeć	Mężczyźni	26	31	20	18	2	3	457
	Kobiety	31	29	23	12	2	3	517
Wiek	18–24 lata	26	25	34	10	2	4	76
	25–34	33	20	31	10	2	4	189
	35–44	30	23	25	17	1	4	181
	45–54	34	27	20	15	1	3	146
	55–64	25	35	15	20	3	2	178
	65 lat i więcej	24	47	11	15	1	2	204
Miejsce zamieszkania	Wieś	29	31	20	16	2	1	389
	Miasto do 19 999	23	30	21	19	2	5	145
	20 000 – 99 999	36	28	22	12	1	2	217
	100 000 – 499 999	27	32	18	13	3	7	148
	500 000 i więcej mieszk.	20	29	33	9	2	6	76
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	29	31	15	21	3	2	194
	Zasadnicze zawodowe	27	35	18	18	1	2	239
	Średnie	28	30	25	14	1	2	297
	Wyższe	32	25	26	8	3	7	244
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	23	26	31	8	3	8	112
	Średni personel, technicy	35	30	30	3		3	34
	Pracownicy adm.-biurowi	39	18	26	8	3	7	60
	Pracownicy usług	37	16	23	23	1		64
	Robotnicy wykwalifikowani	34	16	27	20		2	104
	Robotnicy niewykwalifik.	24	26	21	22		7	41
	Rolnicy	36	25	14	23	2		53
	Pracujący na własny rach.	30	24	24	15	2	5	44
	Bezrobotni	23	30	22	23		2	38
	Emeryci	23	46	11	16	3	2	241
	Renciści	19	48	15	16	2		63
	Uczniowie i studenci	19	29	36	7	2	7	39
	Gospodynie domowe i inni	40	24	26	7		3	80
	Pracuje w:	inst. państw., publicznej	31	24	23	11	4	8
spółce właścicieli prywatnych i państwa		27	21	37	12	1	2	82
sekt. pryw. poza rolnict.		32	22	25	16	0	5	251
prywatnym gosp. rolnym		35	25	14	23	3		63

Tabela 2 cd.

		Proszę powiedzieć, co zazwyczaj Pan(i) robi, gdy czuje się chory(a), odczuwa ból, ma jakieś dolegliwości?						Liczba osób
		Ograniczam się do zastosowania wypróbowanych domowych sposobów	Od razu idę do lekarza i stosuję przepisane leki	Nie idę do lekarza, stosuję leki lub środki farmaceutyczne dostępne bez recepty	Nic nie robię, staram się przeczekać dolegliwości	Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej	Postępuję w inny sposób	
		%	%	%	%	%	%	
Ogółem		29	30	21	15	2	3	974
Dochody na jedną osobę	Do 649 zł	32	22	17	25	1	3	106
	Od 650 zł do 999 zł	33	30	20	13		3	119
	Od 1000 zł do 1399 zł	27	29	23	14	2	5	130
	Od 1400 zł do 1999 zł	22	40	19	13	3	3	140
	2000 zł i więcej	27	28	29	9	1	5	143
Ocena własnych war. mater.	Złe	26	19	20	32	2		59
	Średnie	25	34	21	14	2	4	382
	Dobre	31	29	22	13	1	3	533
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	38	33	16	4	6	3	39
	Raz w tygodniu	30	33	20	14	1	3	444
	1–2 razy w miesiącu	31	27	30	9	1	2	141
	Kilka razy w roku	26	31	20	17	4	2	215
	W ogóle nie uczestniczy	23	25	21	22	2	8	127
Poglądy polityczne	Lewica	24	33	24	13	2	5	158
	Centrum	28	32	21	12	2	5	256
	Prawica	31	32	20	13	2	2	291
	Trudno powiedzieć	29	25	22	20	2	1	261

Tabela 3

		Czy uważa Pan(i), że stosowanie leków, preparatów farmaceutycznych dostępnych bez recepty może być szkodliwe dla zdrowia?			Liczba osób
		Tak	Nie	Trudno powiedzieć	
		%	%	%	
Ogółem		71	22	7	981
Płeć	Mężczyźni	71	22	7	462
	Kobiety	71	21	8	519
Wiek	18–24 lata	55	41	4	76
	25–34	63	29	8	190
	35–44	72	25	4	184
	45–54	72	22	6	148
	55–64	76	14	9	178
	65 lat i więcej	77	11	12	206
Miejsce zamieszkania	Wieś	68	24	8	392
	Miasto do 19 999	71	21	8	145
	20 000 – 99 999	73	20	7	217
	100 000 – 499 999	81	15	4	149
	500 000 i więcej mieszk.	58	31	11	78
Wykształcenie	Podstawowe / gimnazjalne	65	20	14	195
	Zasadnicze zawodowe	76	19	5	240
	Średnie	68	25	7	300
	Wyższe	74	21	5	246
Grupa społeczna i zawodowa	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	74	22	4	114
	Średni personel, technicy	69	22	9	35
	Pracownicy adm.-biurowi	53	36	12	61
	Pracownicy usług	74	24	2	64
	Robotnicy wykwalifikowani	65	28	7	104
	Robotnicy niewykwalifik.	66	24	9	41
	Rolnicy	81	15	4	53
	Pracujący na własny rach.	73	22	5	44
	Bezrobotni	52	41	7	38
	Emeryci	76	12	12	244
	Renciści	77	12	12	63
	Uczniowie i studenci	52	45	3	39
	Gospodynie domowe i inni	76	21	3	81
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	69	25	6	123
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	66	26	8	83
	sekt. pryw. poza rolnict.	69	25	5	252
	prywatnym gosp. rolnym	77	16	7	63
Dochody na jedną osobę	Do 649 zł	68	30	2	107
	Od 650 zł do 999 zł	75	20	5	119
	Od 1000 zł do 1399 zł	78	19	3	130
	Od 1400 zł do 1999 zł	71	21	8	141
	2000 zł i więcej	73	23	3	143
Ocena własnych war. mater.	Złe	57	27	16	62
	Średnie	72	20	8	385
	Dobre	72	23	6	534
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	79	21		39
	Raz w tygodniu	73	20	7	447
	1–2 razy w miesiącu	67	26	7	142
	Kilka razy w roku	68	24	9	216
	W ogóle nie uczestniczy	69	22	9	129
Poglądy polityczne	Lewica	75	19	6	161
	Centrum	70	25	5	259
	Prawica	77	17	6	292
	Trudno powiedzieć	64	25	12	261