

**BS/143/2010**

---

---

**STOSOWANIE LEKÓW  
DOSTĘPNYCH BEZ RECEPTY**

---

---



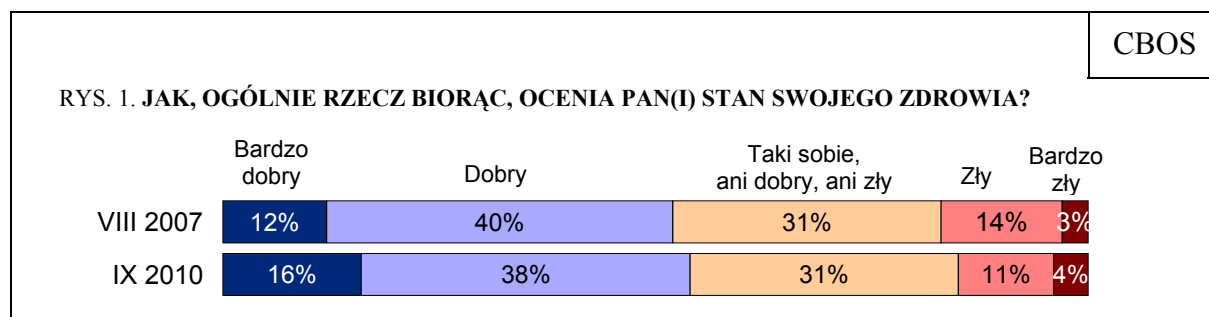
Znak jakości przyznany CBOS przez Organizację Firm Badania Opinii i Rynku  
4 lutego 2010 roku

Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej  
ul. Żurawia 4a, 00-503 Warszawa  
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl  
<http://www.cbos.pl>  
(48 22) 629 35 69

Sprzedaż leków w Polsce od kilkunastu lat rośnie. Jak podaje Urząd Rejestracji Produktów Leczniczych, Wyrobów Medycznych i Produktów Biobójczych, nasz kraj jest szóstym co do wielkości rynkiem zbytu leków w Europie. Pod względem liczby opakowań przypadających na jednego mieszkańca zajmujemy drugie miejsce – za Francją. Niepokój budzi m.in. konsumpcja leków dostępnych bez recepty (OTC; ang. *over the counter*). Spożywanie zbyt dużej ilości środków farmaceutycznych, stosowanie ich niezgodnie z zaleceniami oraz przyjmowanie tych samych substancji sprzedawanych pod różnymi nazwami handlowymi może spowodować zatrucie lekami. Niekontrolowanie ich zażywania może prowadzić także do uzależnienia. Kwestię stosowania przez Polaków leków dostępnych bez recepty poruszyliśmy w jednym z naszych ostatnich badań<sup>1</sup>.

### SAMOOCENA STANU ZDROWIA

Ponad połowa Polaków (54%) określa swój stan zdrowia przynajmniej jako dobry, w tym prawie co szósty (16%) ocenia go jako bardzo dobry. Niezadowolenie wyraża 15% ankietowanych, a prawie co trzeci (31%) określa swoje zdrowie jako takie sobie – ani dobre, ani złe. W ciągu ostatnich trzech lat opinie Polaków o ich stanie zdrowia minimalnie się poprawiły.



<sup>1</sup> Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (244) przeprowadzono w dniach 2 – 8 września 2010 roku na liczącej 1041 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

Kłopoty ze zdrowiem są tym częstsze, im ankietowani są starsi. Najmłodszy respondenci (w wieku od 18 do 24 lat) niemal powszechnie deklarują zadowolenie ze swojego stanu zdrowia. W grupie badanych, którzy mają 65 lat lub więcej, zaledwie co ósmy dobrze ocenia swoją kondycję zdrowotną.

Tabela 1

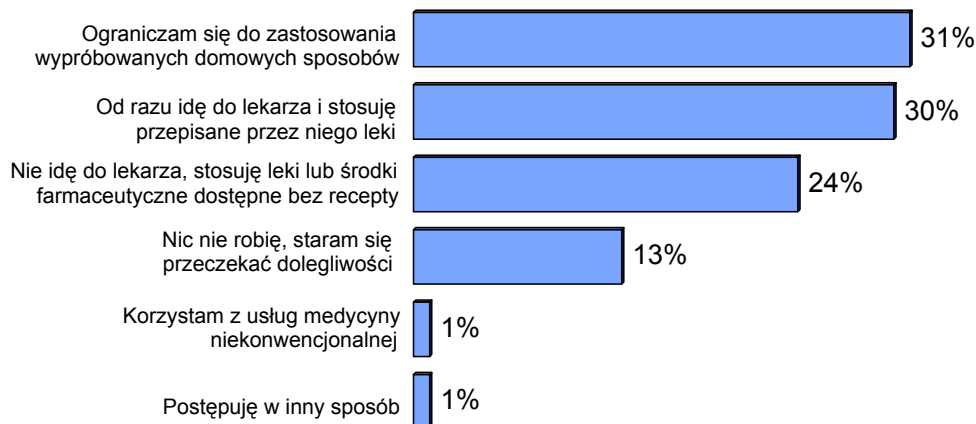
Wiek respondentów	Jak, ogólnie rzecz biorąc, ocenia Pan(i) stan swojego zdrowia?		
	Dobry	Taki sobie	Zły
	w procentach		
Od 18 do 24 lat	91	7	2
Od 25 do 34 lat	78	14	8
Od 35 do 44 lat	72	24	4
Od 45 do 54 lat	51	41	8
Od 55 do 64 lat	35	45	20
65 lat i więcej	13	49	38

Ocena swego stanu zdrowia stosunkowo najgorzej wypada ponadto wśród rencistów i emerytów, a także wśród osób najgorzej oceniających własne warunki materialne oraz najslabiej wykształconych (zob. tabele aneksowe). Związek między poziomem życia i wykształceniem a stanem zdrowia ma po części charakter pośredni i wynika stąd, że wśród starszych respondentów stosunkowo najwięcej jest osób słabo wykształconych oraz niezadowolonych z warunków życia. Wydaje się jednak, że nie tłumaczy to całkowicie zależności między samooceną stanu zdrowia a statusem społeczno-ekonomicznym. Wyższy poziom wykształcenia i związany z tym wyższy poziom życia sprzyjają – jak się wydaje – wiedzy o tym, jak dbać o zdrowie, i jednocześnie zapewniają większe możliwości troski o kondycję zdrowotną.

#### **KŁOPOTY ZE ZDROWIEM I WIZYTY LEKARSKIE**

Jak wynika z uzyskanych deklaracji, bardzo różne są sposoby radzenia sobie z pogorszeniem stanu zdrowia, pierwszymi objawami choroby. Blisko co trzeci respondent (31%) ogranicza się do zastosowania wypróbowanych domowych metod, taka sama grupa (30%) idzie do lekarza i stosuje przepisywane przez niego leki. Co czwarty ankietowany (24%) nie korzysta w takich przypadkach z porady lekarza, tylko stosuje leki dostępne bez recepty, a mniej więcej co ósmy (13%) nie podejmuje żadnych działań, starając się przeczekać dolegliwości. Tylko 1% badanych czując się źle odwołuje się do sposobów postępowania z zakresu medycyny niekonwencjonalnej.

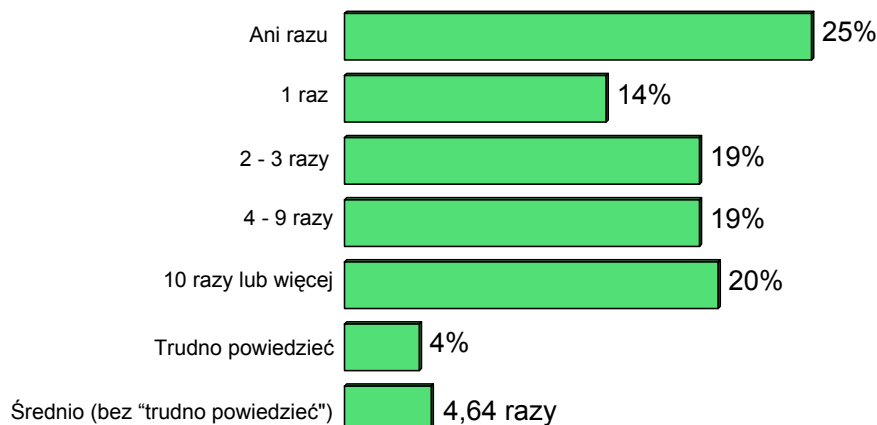
**RYS. 2. PROSZĘ POWIEDZIEĆ, CO ZAZWYCZAJ PAN(I) ROBI, GDY CZUJE SIĘ CHORY(A), ODCZUWA BÓL, MA JAKIEŚ DOLEGLIWOŚCI?**



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 młodszy relatywnie częściej leczą się środkami dostępnymi bez recepty.

W ciągu roku poprzedzającego naszą sondaż dorosły Polak średnio 4 – 5 razy zasięgał porady lekarskiej. Częstość kontaktów z lekarzem była zróżnicowana: jedna czwarta badanych w ogóle nie korzystała w tym czasie z konsultacji lekarskiej, podczas gdy inni robili to nawet kilkadziesiąt razy.

**RYS. 3. ILE RAZY W CIĄGU OSTATNICH 12 MIESIĘCY BYŁ(A) PAN(I) U LEKARZA ALBO LEKARZ BYŁ U PANA(I) Z WIZYTĄ?**



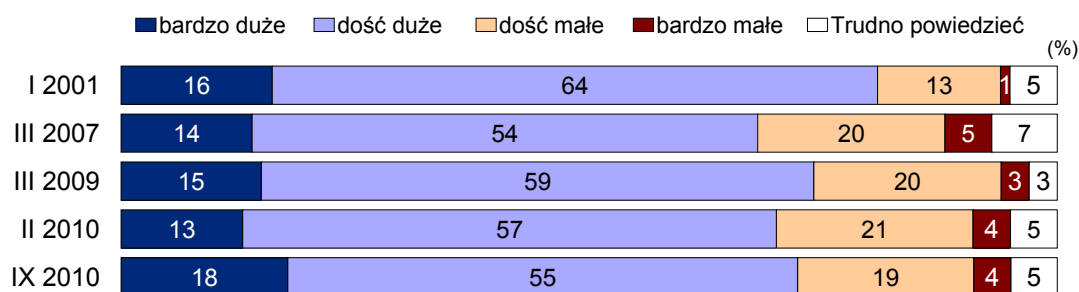
Z wizyt lekarskich częściej korzystają kobiety niż mężczyźni. W ciągu ostatnich dwunastu miesięcy ani razu nie zasięgała porady lekarskiej mniej niż jedna piąta kobiet (19%) i prawie co trzeci mężczyzna (31%). Co najmniej dziesięć razy było u lekarza lub wezwało lekarza do domu 14% mężczyzn i 24% kobiet. Różnice między obiema płciami wynikają po części stąd, że kobiety na ogół bardziej troszczą się o swoje zdrowie, ale także stąd, że żyją dłużej i częściej dożywają sędziwego wieku. Wiek i związany z tym stan zdrowia to czynniki mające zasadniczy wpływ na częstość kontaktów z lekarzem. Z konsultacji lekarskich najczęściej korzystają starsi respondenci, emeryci i renciści. Do osób najczęściej deklarujących brak kontaktu z lekarzem w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy należą mieszkańcy wsi, w tym przede wszystkim rolnicy, robotnicy oraz osoby niezbyt dobrze sytuowane.

Tabela 2

Wiek respondentów	Ile razy w ciągu ostatnich 12 miesięcy był(a) Pan(i) u lekarza albo lekarz był u Pana(i) z wizytą?					
	Ani razu	1 raz	2 – 3 razy	4 – 9 razy	Więcej niż 10 razy	Trudno powiedzieć
	w procentach					
Od 18 do 24 lat	33	20	22	18	5	2
Od 25 do 34 lat	32	18	20	15	11	3
Od 35 do 44 lat	29	20	24	15	7	6
Od 45 do 54 lat	24	13	20	19	22	2
Od 55 do 64 lat	23	7	17	22	27	4
65 lat i więcej	11	8	14	25	35	8

Zdecydowana większość respondentów (73%) deklaruje, że ufa lekarzom, których porady zasięga lub u których się leczy, w tym 18% ma do nich bardzo duże zaufanie. Mniej niż jedna czwarta ankietowanych (23%) określa swoje zaufanie do lekarzy jako małe, w tym czterech na stu (4%) – jako bardzo małe. Od ubiegłego roku odsetek osób ufających lekarzom nieco wzrósł. Z dłuższej, dziesięcioletniej perspektywy, widoczny jest jednak spadek wiarygodności społecznej tej grupy zawodowej.

RYS. 4. CZY, OGÓLNIIE RZECZ BIORĄC, MA PAN(I) ZAUFANIE DO LEKARZY, KTÓRYCH PORADY PAN(I) ZASIĘGA LUB U KTÓRYCH SIĘ PAN(I) LECZY? CZY MA PAN(I) DO NICH ZAUFANIE:



### STOSOWANIE LEKÓW BEZ RECEPTY

Zapytaliśmy naszych respondentów, jakie kategorie leków dostępnych bez recepty (dalej: OTC) najczęściej stosowali. Aby wyeliminować sezonowość zażywania niektórych kategorii lekarstw, chcieliśmy się dowiedzieć, z jakich środków ankietowani korzystali w ostatnim miesiącu przed badaniem (a więc głównie w sierpniu) i w ciągu ostatniego roku.

Do najczęściej używanych leków bez recepty należą środki przeciwbólowe i przeciwzapalne: w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie stosowała je połowa dorosłych Polaków (50%), a w ostatnich dwunastu miesiącach niemal dwie trzecie (65%).

Istotną kategorię leków OTC stanowią także środki na przeziębienie, ból gardła, grypę: w miesiącu poprzedzającym sondaż stosował je więcej niż co czwarty badany (27%), a w ciągu całego roku – ponad dwukrotnie więcej osób (55%). Sezonowość stosowania leków na przeziębienie, ból gardła, grypę sprawia, że różnica między odsetkiem używających ich w ciągu ostatniego miesiąca i korzystających z nich w ciągu ostatniego roku jest w ich przypadku największa. Znalazły się one na trzecim miejscu pod względem popularności w ostatnim miesiącu i na drugim miejscu w skali roku.

Do najczęściej stosowanych leków dostępnych bez recepty należą także różnego rodzaju witaminy, minerały oraz środki zwiększające odporność: w ciągu miesiąca przed badaniem stosowało je niemal dwie piąte dorosłych (39%), a w ciągu całego roku mniej lub bardziej regularnie sięgało po nie 44% badanych.

Stosunkowo dużo osób deklaruje zażywanie środków łagodzących dolegliwości układu pokarmowego: w ciągu miesiąca przed badaniem przyjmował je co piąty ankietowany (20%), a w ostatnich dwunastu miesiącach prawie co czwarty (23%).

Tabela 3

Czy stosował(a) Pan(i) dostępne bez recepty:	W ciągu ostatniego miesiąca	W ciągu ostatnich dwunastu miesięcy
	w procentach	
<b>♦ środki przeciwbólowe i przeciwzapalne</b>		
Tak, wielokrotnie	8	17
Tak, kilka razy	20	29
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	22	19
Nie, ani razu	50	35
<b>♦ witaminy, minerały, środki zwiększające odporność organizmu</b>		
Tak, wielokrotnie	13	14
Tak, kilka razy	14	18
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	12	12
Nie, ani razu	61	56
<b>♦ leki na przeziębienie, ból gardła, grype</b>		
Tak, wielokrotnie	3	5
Tak, kilka razy	11	27
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	13	23
Nie, ani razu	73	45
<b>♦ środki łagodzące dolegliwości układu pokarmowego</b>		
Tak, wielokrotnie	4	4
Tak, kilka razy	7	10
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	9	9
Nie, ani razu	80	77
<b>♦ leki nasercowe, poprawiające krążenie</b>		
Tak, wielokrotnie	6	7
Tak, kilka razy	4	4
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	2	3
Nie, ani razu	88	86
<b>♦ środki uspokajające i nasenne</b>		
Tak, wielokrotnie	3	4
Tak, kilka razy	4	5
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	4	5
Nie, ani razu	89	86
<b>♦ środki poprawiające pamięć i koncentrację</b>		
Tak, wielokrotnie	2	3
Tak, kilka razy	3	4
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	3	4
Nie, ani razu	92	89
<b>♦ leki łagodzące objawy alergii, uczulenia</b>		
Tak, wielokrotnie	2	3
Tak, kilka razy	2	3
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	3	3
Nie, ani razu	93	90
<b>♦ środki wspomagające rzucenie palenia (gumy, plastry, tabletki, inhalatory)</b>		
Tak, wielokrotnie	0	1
Tak, kilka razy	1	2
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	2	1
Nie, ani razu	97	96
<b>♦ środki wspomagające odchudzanie</b>		
Tak, wielokrotnie	0	1
Tak, kilka razy	1	1
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	1	1
Nie, ani razu	98	97
<b>♦ inne preparaty</b>		
Tak, wielokrotnie	1	1
Tak, kilka razy	1	1
Tak, sporadycznie (1 – 2 razy)	1	1
Nie, ani razu	97	97



Zbliżona jest popularność dostępnych bez recepty leków nasercowych i poprawiających krążenie oraz środków uspokajających i nasennych. W ciągu miesiąca poprzedzającego badanie sięgało po nie odpowiednio 12% i 11% badanych, a w ostatnim roku – 14%.

Niemal równie często stosowane są środki wspomagające pamięć i koncentrację, co leki łagodzące objawy alergii. W ciągu miesiąca przed badaniem korzystało z nich odpowiednio 8% i 7% badanych, w ciągu ostatniego roku 11% i 10%.

Stosunkowo najmniej rozpowszechnione jest używanie środków wspomagających odchudzanie (sięgało po nie od 2% do 3% badanych) oraz środków wspomagających rzucenie palenia (od 3% do 4%). Inne niż uwzględnione w badaniu kategorie preparatów zażywało 3% ogółu ankietowanych.

Ogółem w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie leki dostępne bez recepty stosowało niemal trzy czwarte dorosłych Polaków (71%). W ostatnich dwunastu miesiącach stosowało je cztery piąte ogółu badanych (80%).

Używanie leków OTC jest rozpowszechnione we wszystkich grupach społeczno-demograficznych. Prawidłowością jest, że częściej sięgają po nie kobiety niż mężczyźni (zob. tab. aneksowe). Być może z uwagi m.in. na łatwy dostęp częściej korzystają z nich mieszkańcy miast (szczególnie największych) niż mieszkańcy wsi. Ponadto im wyższe wykształcenie, tym częstsze deklaracje stosowania leków bez recepty. Co ciekawe, wśród osób starszych, emerytów i rencistów ogólny odsetek przyjmujących leki bez recepty nie jest wyższy niż przeciętnie. Zarazem jednak niektórych kategorii leków używają oni częściej niż przeciętnie: należą do nich przede wszystkim leki nasercowe, poprawiające krążenie, a także środki uspokajające i nasenne oraz łagodzące dolegliwości układu pokarmowego.

Zaskakujący może się wydawać brak zależności między stosowaniem leków bez recepty a samooceną stanu zdrowia. Wśród osób negatywnie oceniających swój stan zdrowia odsetek w ogóle niezażywających leków OTC jest mniej więcej taki sam jak wśród zadowolonych ze swojej kondycji zdrowotnej. Należy jednak zauważyć, że wśród niezadowolonych ze swojego zdrowia większy niż przeciętnie jest odsetek stosujących dostępne bez recepty leki nasercowe i poprawiające krążenie oraz środki uspokajające i nasenne. Co więcej, jeśli osoby będące w złej kondycji zdrowotnej stosują jakieś leki bez recepty, to na ogół zażywają je częściej niż osoby zadowolone ze swego stanu zdrowia. Dotyczy to nie tylko leków nasercowych, poprawiających krążenie oraz środków uspokajających i nasennych, ale także innych kategorii leków, w tym również takich jak

najpopularniejsze środki przeciwbólowe i przeciwzapalne oraz suplementy diety (witaminy, minerały oraz środki zwiększające odporność).

Tabela 4

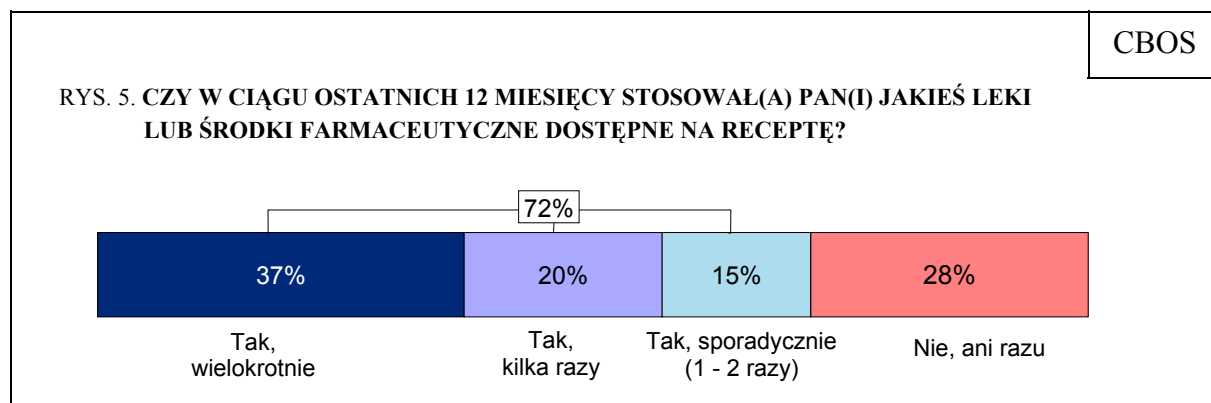
Samooceena stanu zdrowia	Czy w ciągu <b>ostatniego miesiąca</b> stosował(a) Pan(i) leki dostępne bez recepty?	
	Tak	Nie
	w procentach	
Dobry	69	31
Taki sobie	72	28
Zły	72	28
Ogółem	71	29

Tabela 5

Samooceena stanu zdrowia	Czy w ciągu <b>ostatnich dwunastu miesięcy</b> stosował(a) Pan(i) leki dostępne bez recepty?	
	Tak	Nie
	w procentach	
Dobry	82	18
Taki sobie	80	20
Zły	78	22
Ogółem	81	19

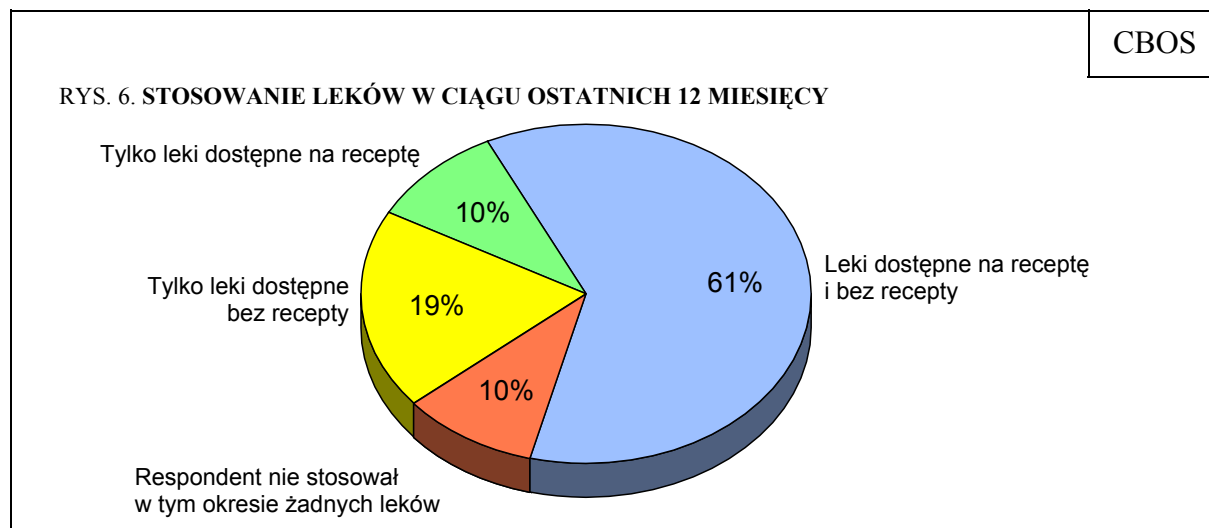
### LEKI NA RECEPTĘ A LEKI OTC

Chcieliśmy również sprawdzić, jak wielu dorosłych leczyło się środkami dostępnymi na receptę, między innymi po to, żeby skonfrontować ich z osobami, które wybierały leki z grupy OTC. Jak wynika z deklaracji, w ciągu dwunastu miesięcy poprzedzających badanie stosowało je blisko trzy czwarte ankietowanych (72%), przy czym ponad jedna trzecia (37%) wielokrotnie, jedna piąta (20%) – kilka razy, pozostali zaś (15%) – sporadycznie.



Przyjmowanie leków dostępnych na receptę jest ściśle związane z wcześniejszą konsultacją z lekarzem, stąd wskazane niżej zależności mają w dużym stopniu charakter wtórny (wobec wizyt lekarskich). Wśród leczących się preparatami, na które lekarz wypisał receptę, jest niemal dwukrotnie więcej kobiet niż mężczyzn. Ponadto ich używanie jest silnie związane z wiekiem – im młodszy respondenci, tym większe prawdopodobieństwo, że w ostatnich dwunastu miesiącach w ogóle nie stosowali takich leków. Można też zauważyć, że częściej przyjmowali je badani z największych miast niż respondenci mieszkający na wsi czy w małych miastach. Rzadziej po takie środki sięgali ankietowani z wykształceniem zasadniczym zawodowym i przedstawiciele „męskich” zawodów: robotnicy wykwalifikowani i niewykwalifikowani oraz rolnicy; wśród biernych zawodowo najrzadziej stosowali je bezrobotni.

Zgodnie z deklaracjami na temat stosowania leków dostępnych bez recepty i na receptę, badanych podzieliliśmy na cztery grupy. Trzy piąte dorosłych Polaków (61%) w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy używało leków z jednej i drugiej kategorii, blisko co piąty (19%) stosował jedynie preparaty OTC, a co dziesiąty (10%) – tylko środki przepisane przez lekarza. Jeden na dziesięciu respondentów (10%) nie przyjmował w tym okresie żadnych leków.



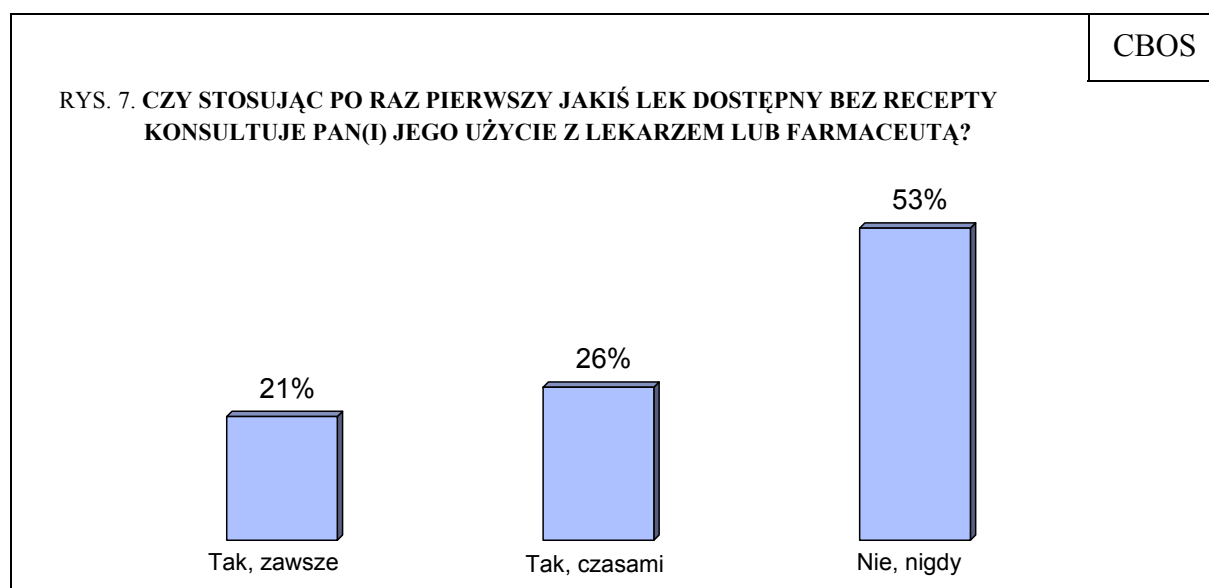
Od stanu zdrowia zależy nie tylko stosowanie leków w ogóle, ale także zażywanie określonego rodzaju leków, tzn. dostępnych na receptę i bez recepty. Badani, którzy określają swój stan zdrowia jako zły, relatywnie częściej niż respondenci diagnozujący go jako dobry stosują tylko środki medyczne dostępne na receptę, natomiast rzadziej leki OTC. Wyłącznie lekami dostępnymi bez recepty częściej leczą się ludzie zdrowi.

Tabela 6

Ocena stanu zdrowia	Stosowanie leków w ciągu ostatnich 12 miesięcy			
	Leki dostępne na receptę i bez recepty	Tylko leki dostępne na receptę	Tylko leki dostępne bez recepty	Respondent nie stosował w tym okresie żadnych leków
	w procentach			
Dobry	55	6	26	13
Taki sobie	67	13	13	8
Zły	72	20	6	2

### SPOSOBY KORZYSTANIA Z LEKÓW DOSTĘPNYCH BEZ RECEPTY

Ponad połowa badanych biorących jakieś lekarstwa (53%) nie konsultuje użycia danego leku kupionego bez recepty z lekarzem wówczas, gdy stosuje go po raz pierwszy. Zawsze robi to co piąty (21%), a czasami – co czwarty (26%).



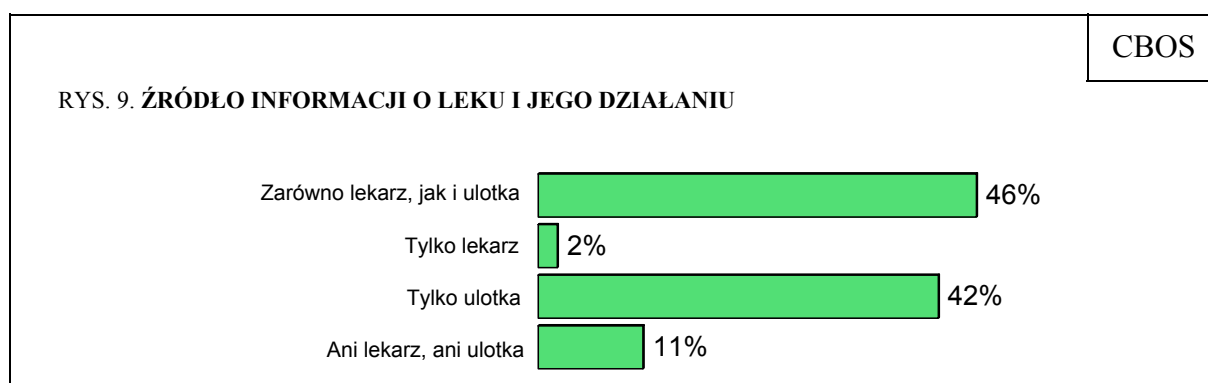
Pominięto osoby w ogóle niestosujące leków

Inaczej jest w przypadku zasięgnięcia informacji z ulotek dołączanych do leków. Czyta je ogromna większość stosujących jakieś środki farmaceutyczne (87%), przy czym blisko dwie trzecie (62%) przegląda je zawsze, gdy przyjmuje dany lek po raz pierwszy. Co ósmy (13%) przyznaje, że nigdy tego nie robi.



Pominięto osoby w ogóle nie stosujące leków

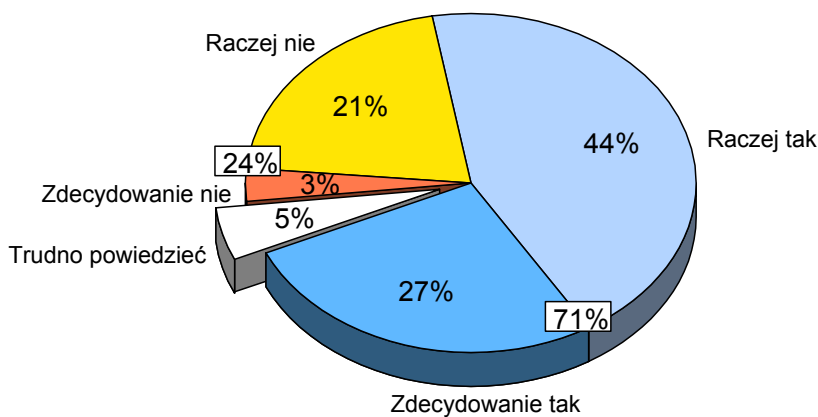
Z zestawienia odpowiedzi uzyskanych na oba pytania wynika, że co dziewiąta osoba w ogóle stosująca leki zażywając dany środek po raz pierwszy ani nie konsultuje się z lekarzem, ani nie dowiaduje się o jego działaniu z ulotki, natomiast prawie połowa czerpie informacje z obu tych źródeł. Do tej pierwszej grupy relatywnie częściej zaliczają się starsi badani, mający 55 lat i więcej, jak również ankietowani z wykształceniem podstawowym i zasadniczym zawodowym.



### NIEWŁAŚCIWE STOSOWANIE LEKÓW

O tym, że leki dostępne bez recepty również mogą mieć negatywny wpływ na zdrowie, wie siedmiu na dziesięciu dorosłych Polaków (71%). Co czwarty respondent (24%) sądzi, że nie mogą one zaszkodzić.

RYS. 10. CZY UWAŻA PAN(I), ŻE STOSOWANIE LEKÓW, PREPARATÓW FARMACEUTYCZNYCH DOSTĘPNYCH BEZ RECEPTY MOŻE BYĆ SZKODLIWE DLA ZDROWIA?



Młodszy badani (do 34 roku życia), w tym również uczniowie i studenci, częściej są przekonani, że leki dostępne bez recepty nie mogą zaszkodzić zdrowiu.

Respondentom przedstawiliśmy również kilka sytuacji będących przykładem niewłaściwego stosowania leków po to, aby określili, czy oni sami używali ich w taki sposób. Pytania charakteryzuje znaczny stopień deklaracyjności, w praktyce skala poszczególnych zachowań może być większa. Diagnoza niewłaściwego stosowania danego preparatu musi być poprzedzona wiedzą o właściwym stosowaniu; bez niej błąd jest nieświadomy. Badanym relatywnie najczęściej (17%) zdarzało się zażywać lek niezgodnie z zaleceniami – nie przestrzegając określonego dawkowania, używając go dłużej, niż to wskazane. Co jedenasty ankietowany (9%) przyjmował jakiś lek mimo dotyczących go przeciwwskazań, nieco mniej osób (6%) kontynuowało stosowanie środka farmaceutycznego, chociaż odczuwało skutki uboczne. Co dwudziesty respondent (5%) brał dany lek dostępny bez recepty wbrew opinii lekarza. Tyle samo osób (5%) zażywało dany środek z przyzwyczajenia, mimo że nie było to konieczne.

Tabela 7

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, używając go dłużej, niż to wskazane	0	3	14	83
– mimo że dotyczą Pana(i) przeciwwskazania w jego używaniu	0	1	8	91
– mimo że lekarz odradzał Panu(i) jego używanie	0	1	4	95
– mimo że odczuwał(a) Pan(i) uboczne skutki ich działania	0	1	5	94
– z przyzwyczajenia, choć nie było to konieczne	0	1	4	95

Ogólnie rzecz biorąc, niemal ośmiu na dziesięciu badanych (79%) twierdzi, że nie zdarzyła im się żadna z powyższych sytuacji, co dziewiąty (11%) – miał jeden taki przypadek, 5% – dwa, a pozostali (też 5%) – trzy lub więcej.

Do niewłaściwego stosowania leków dostępnych bez recepty relatywnie częściej przyznają się ludzie młodzi, do 34 roku życia – przynajmniej jedna z powyższych sytuacji zdarzyła się ponad jednej czwartej respondentów w tym wieku (27%), natomiast najrzadziej (16%) badani najstarsi. Można również zauważyć, że nieco rzadziej są to osoby z wykształceniem podstawowym (16%) i zawodowym (19%) niż mający wykształcenie średnie (26%) lub wyższe (25%).

Paradoksalnie, częstsze wskazania dotyczące nieprawidłowości w zażywaniu jakichś leków mogą być spowodowane większą wiedzą o ich działaniu i sposobie dawkowania. Przemawia za tym fakt, że ci, którzy deklarują, że zażywając dany lek po raz pierwszy ani nie konsultują tego z lekarzem, ani nie czytają dołączonej do niego ulotki, o połowę rzadziej niż zdobywający informacje o przyjmowanych środkach farmaceutycznych przyznają się do niewłaściwego sposobu przyjmowania leków (12% wobec 24%). Takie wskazania obserwujemy również częściej u badanych, którzy wiedzą, że leki bez recepty mogą szkodzić zdrowiu, niż w przypadku respondentów będących odmiennego zdania (26% wobec 20%).

Sprawdziliśmy również, w jakim stopniu niewłaściwe używanie leków OTC wiąże się ze stosowaniem poszczególnych kategorii lekarstw. Zależności należy traktować ostrożnie. Po pierwsze – grupy użytkowników nie są rozłączne, po drugie – nie wiemy, do którego środka odnosi się respondent mówiąc, że zdarzyło mu się w nieprawidłowy sposób stosować lek bez recepty. Relatywnie najczęściej do niepoprawnego stosowania leku przyznają się osoby, które w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy używały środków wspomagających odchudzanie (52%), a także środków poprawiających pamięć i koncentrację (42%). Dotyczy

to również osób zażywających leki łagodzące objawy alergii (39%). W mniejszym stopniu wyróżniają się pod tym względem ankietowani biorący środki na dolegliwości układu pokarmowego (35%), środki uspokajające i nasenne (33%), a także na serce i układ krążenia (31%). Dodatkowo poza ogólną informacją o niewłaściwym stosowaniu leków sprawdziliśmy, jak często w przypadku użytkowników różnych środków farmaceutycznych dostępnych bez recepty zdarzają się dwie wybrane sytuacje: niewłaściwe dawkowanie i używanie leku bez uzasadnienia. Ta pierwsza najczęściej zdarza się respondentom, którzy w ciągu ostatnich dwunastu miesięcy przyjmowali środki wspomagające odchudzanie, środki poprawiające pamięć i koncentrację oraz łagodzące objawy alergiczne, natomiast druga – również osobom, które stosowały preparaty na pamięć i koncentrację, a poza tym leki uspokajające i poprawiające krążenie<sup>2</sup>.

Tabela 8

W ciągu ostatnich 12 miesięcy zażywali dostępne bez recepty:	Odsetki badanych stosujących lek z danej kategorii, którzy deklarują, że zdarzyło(a) im 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 będących przykładem niewłaściwego stosowania leku dostępnego bez recepty
– środki wspomagające odchudzanie	41	10	52
– środki poprawiające pamięć i koncentrację	34	13	42
– leki łagodzące objawy alergii, uczulenia	33	6	39
– środki łagodzące dolegliwości układu pokarmowego	26	10	35
– środki uspokajające i nasenne	26	12	33
– leki nasercowe, poprawiające krążenie	26	12	31
– leki na przeziębienie, ból gardła, grypę	22	7	27
– witaminy, minerały, środki zwiększające odporność organizmu	21	6	26
– środki przeciwbólowe i przeciwzapalne	20	8	25
– środki wspomagające rzucenie palenia	18	8	21
<b>– Lek z przynajmniej jednej z powyższych kategorii</b>	<b>19</b>	<b>6</b>	<b>24</b>

Na szarym tle – trzy najczęściej występujące sytuacje

<sup>2</sup> Spostrzeżenia potwierdza analiza regresji. Prawdopodobieństwo nieprawidłowego stosowania leków jest większe przede wszystkim w przypadku używania leków wspomagających odchudzanie (exp (B) = 2,905), poprawiających pamięć i koncentrację (exp (B) = 2,191), a poza tym – jednak już w mniejszym stopniu – łagodzących objawy uczulenia (exp (B) = 1,774), łagodzących dolegliwości przewodu pokarmowego (exp (B) = 1,751) i leków na przeziębienie, grypę (exp (B) = 1,495). Zależności te są istotne przynajmniej na poziomie 0,05.





Ogromna większość dorosłych Polaków stosuje leki. Jeśli porównać używanie środków farmaceutycznych dostępnych bez recepty i na receptę, to można zauważyć, że te pierwsze są powszechniej stosowane. Choć przyjmowanie niektórych z nich wyraźnie koreluje ze stanem zdrowia, środki OTC – w ogólnym ujęciu – są stosowane podobnie często przez osoby zadowolone i niezadowolone ze swojej kondycji zdrowotnej. Ta cecha wyraźnie różni je od środków medycznych przepisywanych przez lekarza, dostępnych wyłącznie na receptę.

Jak wynika z deklaracji, większość Polaków wie, że środki medyczne, które nabywa się bez recepty, mogą mieć działanie szkodliwe dla zdrowia. W praktyce przeważająca grupa użytkowników przy pierwszym kontakcie z danym lekiem czyta dołączoną do niego ulotkę, jednak już znacznie mniejsza grupa konsultuje się w tej sprawie z lekarzem. Trzeba jednak podkreślić, że tylko nieliczni przyjmując lek OTC po raz pierwszy w ogóle nie zasięgają informacji o jego właściwościach i działaniu.

Do niewłaściwego stosowania leków bez recepty przyznaje się około jednej piątej badanych. Trudno ocenić, czy to dużo, czy mało, jednak w rzeczywistości – jak wspomnieliśmy wcześniej – ta liczba może być większa. Przeważnie polega ono na nieodpowiednim dawkowaniu, rzadziej na bagatelizowaniu przeciwwskazań, zupełnie sporadycznie na zażywaniu leków z przyzwyczajenia, bez uzasadnionej przyczyny.

Opracowali  
Beata ROGUSKA  
Michał FELIKSIAK

Tabela 1

		Jak ocenia Pan(i) stan swojego zdrowia? Czy jest on:			Liczba osób
		dobry	taki sobie	zły	
		%	%	%	
Ogółem		54	31	15	1041
Płeć	Mężczyźni	58	29	12	496
	Kobiety	50	33	17	545
Wiek	18-24 lata	91	7	2	142
	25-34	78	14	8	184
	35-44	72	24	4	157
	45-54	51	41	8	169
	55-64	35	45	20	194
	65 lat i więcej	13	49	38	195
Miejsce zamieszkania	Wieś	54	30	16	405
	Miasto do 20 tys.	51	33	16	143
	20-100 tys.	52	37	12	197
	101-500 tys.	57	28	15	162
	501 tys. i więcej mieszk.	56	33	11	134
Wykształcenie	Podstawowe	32	40	28	272
	Zasadnicze zawodowe	54	34	12	268
	Średnie	62	29	9	348
	Wyższe	73	19	8	153
Grupa społ.-zaw. pracujący	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	78	16	6	72
	Średni personel, technicy	68	22	10	40
	Pracownicy adm.-biurowi	68	28	4	68
	Pracownicy usług	75	24	1	76
	Robotnicy wykwalifikowani	71	21	8	126
	Robotnicy niewykwalifik.	50	43	7	64
	Rolnicy	47	39	14	55
	Pracujący na własny rach.	73	22	5	37
Bierni zawodowo	Renciści	7	45	48	75
	Emeryci	24	46	30	239
	Uczniowie i studenci	96	4		82
	Bezrobotni	57	36	7	58
	Gospodynie domowe i inni	55	36	8	50
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	72	22	6	117
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	74	21	5	89
	sekt. pryw. poza rolnict.	76	21	3	242
	prywatnym gosp. rolnym	50	42	8	54
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	49	35	16	184
	501-750	48	35	17	168
	751-1000	48	35	17	187
	1001-1500	50	35	15	152
	Powyżej 1500 zł	68	25	8	166
Ocena własnych war. mater.	Złe	24	34	43	165
	Średnie	46	40	15	431
	Dobre	73	22	4	445
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	46	37	17	50
	Raz w tygodniu	50	36	14	468
	1-2 razy w miesiącu	64	24	12	186
	Kilka razy w roku	57	30	13	244
	W ogóle nie uczestniczy	49	28	23	92
Poglądy polityczne	Lewica	57	32	11	172
	Centrum	54	31	14	326
	Prawica	56	32	12	325
	Trudno powiedzieć	47	31	22	217

Tabela 2

		Czy w ciągu ostatniego miesiąca stosował(a) Pan(i) leki dostępne bez recepty?		Liczba osób
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		71	29	1041
Płeć	Mężczyźni	61	39	496
	Kobiety	79	21	545
Wiek	18-24 lata	73	27	142
	25-34	68	32	184
	35-44	69	31	157
	45-54	75	25	169
	55-64	66	34	194
	65 lat i więcej	72	28	195
Miejsce zamieszkania	Wieś	62	38	405
	Miasto do 20 tys.	74	26	143
	20-100 tys.	72	28	197
	101-500 tys.	78	22	162
	501 tys. i więcej mieszk.	83	17	134
Wykształcenie	Podstawowe	61	39	272
	Zasadnicze zawodowe	70	30	268
	Średnie	73	27	348
	Wyższe	82	18	153
Grupa społ.-zaw. pracujący	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	75	25	72
	Średni personel, technicy	72	28	40
	Pracownicy adm.-biurowi	81	19	68
	Pracownicy usług	82	18	76
	Robotnicy wykwalifikowani	58	42	126
	Robotnicy niewykwalifik.	61	39	64
	Rolnicy	66	34	55
	Pracujący na własny rach.	85	15	37
Bierni zawodowo	Renciści	67	33	75
	Emeryci	72	28	239
	Uczniowie i studenci	71	29	82
	Bezrobotni	69	31	58
	Gospodynie domowe i inni	70	30	50
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	71	29	117
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	73	27	89
	sekt. pryw. poza rolnict.	71	29	242
	prywatnym gosp. rolnym	66	34	54
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	67	33	184
	501-750	66	34	168
	751-1000	70	30	187
	1001-1500	78	22	152
	Powyżej 1500 zł	76	24	166
Ocena własnych war. mater.	Złe	69	31	165
	Średnie	70	30	431
	Dobre	71	29	445
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	80	20	50
	Raz w tygodniu	69	31	468
	1-2 razy w miesiącu	68	32	186
	Kilka razy w roku	73	27	244
	W ogóle nie uczestniczy	74	26	92
Poglądy polityczne	Lewica	72	28	172
	Centrum	67	33	326
	Prawica	74	26	325
	Trudno powiedzieć	70	30	217

Tabela 3

		Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy stosował(a) Pan(i) leki dostępne bez recepty?		Liczba osób
		Tak	Nie	
		%	%	
Ogółem		80	20	1041
Płeć	Mężczyźni	75	25	496
	Kobiety	86	14	545
Wiek	18-24 lata	89	11	142
	25-34	84	16	184
	35-44	81	19	157
	45-54	81	19	169
	55-64	76	24	194
	65 lat i więcej	77	23	195
Miejsce zamieszkania	Wieś	76	24	405
	Miasto do 20 tys.	83	17	143
	20-100 tys.	82	18	197
	101-500 tys.	85	15	162
	501 tys. i więcej mieszk.	87	13	134
Wykształcenie	Podstawowe	74	26	272
	Zasadnicze zawodowe	78	22	268
	Średnie	85	15	348
	Wyższe	87	13	153
Grupa społ.-zaw. pracujący	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	85	15	72
	Średni personel, technicy	78	22	40
	Pracownicy adm.-biurowi	91	9	68
	Pracownicy usług	89	11	76
	Robotnicy wykwalifikowani	76	24	126
	Robotnicy niewykwalifik.	83	17	64
	Rolnicy	65	35	55
	Pracujący na własny rach.	83	17	37
Bierni zawodowo	Renciści	78	22	75
	Emeryci	76	24	239
	Uczniowie i studenci	93	7	82
	Bezrobotni	81	19	58
	Gospodynie domowe i inni	82	18	50
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	84	16	117
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	80	20	89
	sekt. pryw. poza rolnict.	84	16	242
	prywatnym gosp. rolnym	69	31	54
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	73	27	184
	501-750	78	22	168
	751-1000	80	20	187
	1001-1500	90	10	152
	Powyżej 1500 zł	82	18	166
Ocena własnych war. mater.	Złe	78	22	165
	Średnie	79	21	431
	Dobre	83	17	445
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	84	16	50
	Raz w tygodniu	80	20	468
	1-2 razy w miesiącu	82	18	186
	Kilka razy w roku	82	18	244
	W ogóle nie uczestniczy	77	23	92
Poglądy polityczne	Lewica	78	22	172
	Centrum	78	22	326
	Prawica	85	15	325
	Trudno powiedzieć	80	20	217

Tabela 4

		Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy stosował(a) Pan(i) jakieś leki lub środki farmaceutyczne dostępne na receptę?					Liczba osób
		Tak, wielokrotnie	Tak, kilka razy	Tak, sporadycznie (1 - 2 razy)	Nie, ani razu	Odmowa odpowiedzi	
		%	%	%	%	%	
Ogółem		36	20	15	28	1	1041
Płeć	Mężczyźni	29	18	15	37	0	496
	Kobiety	43	22	14	19	1	545
Wiek	18-24 lata	13	26	22	39		142
	25-34	24	23	19	33	1	184
	35-44	21	24	18	37		157
	45-54	34	22	17	27	1	169
	55-64	50	18	9	23	0	194
	65 lat i więcej	67	11	6	14	2	195
Miejsce zamieszkania	Wieś	34	18	16	31	2	405
	Miasto do 20 tys.	33	24	12	30		143
	20-100 tys.	39	19	16	26	1	197
	101-500 tys.	40	18	16	25	1	162
	501 tys. i więcej mieszk.	39	28	11	22		134
Wykształcenie	Podstawowe	46	16	9	27	2	272
	Zasadnicze zawodowe	33	18	14	35		268
	Średnie	37	21	16	25	1	348
	Wyższe	25	30	21	23	0	153
Grupa społ.-zaw. pracujący	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	24	29	22	25		72
	Średni personel, technicy	29	25	23	23		40
	Pracownicy adm.-biurowi	29	33	17	19	1	68
	Pracownicy usług	27	24	24	23	2	76
	Robotnicy wykwalifikowani	18	21	14	47		126
	Robotnicy niewykwalifik.	37	8	16	38		64
	Rolnicy	30	17	17	33	3	55
Pracujący na własny rach.	24	31	19	25	1	37	
Bierni zawodowo	Renciści	64	5	7	25		75
	Emeryci	60	15	7	16	1	239
	Uczniowie i studenci	19	31	17	33		82
	Bezrobotni	21	14	26	38	2	58
	Gospodynie domowe i inni	39	26	3	33		50
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	24	26	22	27	1	117
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	21	26	13	40	1	89
	sekt. pryw. poza rolnict.	23	24	21	32	0	242
	prywatnym gosp. rolnym	26	21	16	37		54
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	30	16	19	33	2	184
	501-750	37	21	14	28		168
	751-1000	41	13	16	30		187
	1001-1500	44	24	12	20	1	152
	Powyżej 1500 zł	36	25	13	25	1	166
Ocena własnych war. mater.	Złe	51	12	13	21	3	165
	Średnie	38	20	14	28	0	431
	Dobre	29	24	16	30	1	445
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	43	16	19	17	5	50
	Raz w tygodniu	41	21	12	26	0	468
	1-2 razy w miesiącu	33	21	16	29	0	186
	Kilka razy w roku	28	20	20	32	0	244
	W ogóle nie uczestniczy	41	17	7	32	2	92
Poglądy polityczne	Lewica	42	17	11	30		172
	Centrum	37	23	14	26	0	326
	Prawica	33	20	14	32	1	325
	Trudno powiedzieć	37	19	19	23	2	217

Tabela 5

		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	24	5	1041
Płeć	Mężczyźni	69	25	6	496
	Kobiety	73	22	4	545
Wiek	18-24 lata	61	32	6	142
	25-34	62	35	3	184
	35-44	72	24	4	157
	45-54	75	21	4	169
	55-64	77	18	5	194
	65 lat i więcej	78	14	8	195
Miejsce zamieszkania	Wieś	69	24	7	405
	Miasto do 20 tys.	67	26	7	143
	20-100 tys.	76	21	3	197
	101-500 tys.	73	24	2	162
	501 tys. i więcej mieszk.	74	24	2	134
Wykształcenie	Podstawowe	68	22	9	272
	Zasadnicze zawodowe	71	25	4	268
	Średnie	72	24	4	348
	Wyższe	75	24	1	153
Grupa społ.-zaw. pracujący	Kadra kier., spec. z wyższym wyksz.	76	24		72
	Średni personel, technicy	62	36	2	40
	Pracownicy adm.-biurowi	76	22	2	68
	Pracownicy usług	73	27		76
	Robotnicy wykwalifikowani	62	30	8	126
	Robotnicy niewykwalifik.	73	19	7	64
	Rolnicy	61	29	9	55
	Pracujący na własny rach.	79	21		37
Bierni zawodowo	Renciści	76	17	8	75
	Emeryci	77	16	7	239
	Uczniowie i studenci	64	34	1	82
	Bezrobotni	64	30	6	58
	Gospodynie domowe i inni	77	17	5	50
Pracuje w:	inst. państw., publicznej	75	23	2	117
	spółce właścicieli prywatnych i państwa	67	25	7	89
	sekt. pryw. poza rolnict.	67	30	3	242
	prywatnym gosp. rolnym	65	28	6	54
Dochody na jedną osobę	Do 500 zł	64	27	9	184
	501-750	74	21	5	168
	751-1000	74	23	3	187
	1001-1500	77	20	3	152
	Powyżej 1500 zł	71	25	4	166
Ocena własnych war. mater.	Złe	65	23	13	165
	Średnie	72	23	5	431
	Dobre	73	24	2	445
Udział w prakt. religijnych	Kilka razy w tygodniu	70	22	8	50
	Raz w tygodniu	73	24	3	468
	1-2 razy w miesiącu	75	23	2	186
	Kilka razy w roku	68	23	9	244
	W ogóle nie uczestniczy	68	26	6	92
Poglądy polityczne	Lewica	75	23	2	172
	Centrum	75	23	2	326
	Prawica	72	24	4	325
	Trudno powiedzieć	63	24	13	217