

Sebeléčení paracetamolem je velmi rozšířené, lidé ale často podceňují nežádoucí účinky



Volně prodejné léky (OTC) jsou bezpečné a účinné, pokud se pacienti řídí pokyny v příbalovém letáku nebo pokyny lékařů a lékárníků, v opačném případě mohou být škodlivé, nebo dokonce nebezpečné. Potvrdila to i studie „Exploring public knowledge and perceptions regarding per os OTC pain-relieving medications: the case of paracetamol (acetaminophen)“ (<https://doi.org/10.1186/s40545-023-00598-1>), jejímž cílem bylo prozkoumat znalosti a vnímání lidí ohledně užívání paracetamolu v Kyprské republice.

Paracetamol (neopioidní lék proti bolesti) je jedním z nejčastěji používaných analgetik/antipyretik, a to jak v generické, tak v originální formě. Přestože jsou léky obsahující paracetamol široce používané a velmi účinné a ve většině případů nevedou k toxicitě, dochází také k poškození jater, které může být smrtelné.

Kyperská studie ukázala, že pacienti nejsou dostatečně poučeni o bezpečném a účinném užívání paracetamolu, konkrétně o jeho indikacích, možných nežádoucích účincích, maximální denní dávce, souběžné konzumaci alkoholu a potenciálním riziku hepatotoxicity. Více než třetina respondentů například uvedla, že pije alkohol společně s paracetamoly přípravky nebo krátce po jejich konzumaci.

Jako hlavní důvod pro užívání paracetamolu dotázaní uváděli bolest hlavy (58 %), následovaly bolesti kloubů, bolesti břicha, nachlazení, chřipka a horečka. Pokud jde o maximální denní dávku, pouze 28 % účastníků odpovědělo správně, tedy že jsou to 4 gramy. Celkem 49 % respondentů se domnívalo, že maximální denní dávka paracetamolu je 1–2 tablety po 500 mg (0,5–1 gram), zatímco 16 % odpovědělo, že to jsou 3 gramy. Zhruba 7 % dotázaných uvedlo 5 gramů, což už je toxická dávka. Zajímavé je, že k této „extrémní“ odpovědi se přiklo-

nila pouze pětina žen, ale čtyři pětiny tvořili muži.

Více než polovina (58 %) účastníků odpověděla, že by si koupila léky s paracetamolem jinde než v lékárně, zatímco celkem 42 % uvedlo, že by si je nekoupilo, protože by buď chtěli znát názor odborníka, nebo si nejsou jisti vhodností podmínek skladování.

Přestože léky obsahující paracetamol nejsou na recept, autory průzkumu zajímalo, kdo respondentům navrhl jejich užívání. Více než tři čtvrtiny odpověděly, že to byl lékař nebo lékárník. Zhruba 15 % doporučil přípravek s paracetamolem příbuzný a 9 % kamarád.

Jako hlavní důvod pro užívání paracetamolu dotázaní uváděli bolest hlavy.

Průřezová studie na Kypru zahrnovala 375 osob navštěvujících veřejné lékárny ve třech městech Kyprské republiky: Nikósii, Limassolu a Larnace. Respondenti odpovídali na otázky týkající se jejich znalostí a názorů na užívání paracetamolu. Průměrný věk účastníků byl 40,5 roku, přibližně 40 % mělo středoškolské a 12 % vysokoškolské vzdělání, 5,5 % byli zdravotničtí pracovníci. Účast ve studii byla dobrovolná a anonymní.

Omezování paracetamolu ve světě

Z výsledků kyperské studie lze podle autorů usuzovat, že pacienty uváděné užívání přípravků s paracetamolem může vést k bezpečnostním problémům, které byly zjištěny i v jiných zemích, což již vedlo k zavedení různých omezení na celém světě. Americký Úřad pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) stanovil, že všechny léky obsahující paracetamol v kombinaci s jinými léky by neměly překročit 325 mg paracetamolu v jedné tabletě.

Na druhou stranu Evropská agentura pro léčivé přípravky (EMA) doporučila pozastavit uvádění na trh přípravků s modifikovaným nebo prodlouženým uvolňováním obsahujících paracetamol (samostatně nebo v kombinaci s tramadolem) s vysvětlením, že „nadměrné dávky u přípravků s modifikovaným uvolňováním paracetamolu mohou mít nepředví-



V Anglii a Walesu navíc omezení velikosti balení pravděpodobně přispělo k pozorovanému snížení úmrtnosti a počtu hospitalizací v důsledku toxicity paracetamolu. Zajímavé je, že v zemích, kde byl paracetamol dostupný pouze v lékárnách, se snížil počet dotazů na toxikologická informační centra.

Kolik doopravdy stojí paracetamol

A jaká je reálná cena paracetamolu? Tuto otázku si položili italská výzkumníci a odpověď na ni publikovali v článku v letošním prvním vydání časopisu *Epidemiologica & Prevenzione* (<https://doi.org/10.19191/EP23.A534.002>). Jejich závěr je následující: „V celé zemi (Itálii – pozn. red.) je k dispozici široká a homogenní distribuce neznačkových produktů od různých držitelů. Tyto přípravky mají výrazně nižší ceny než značková balení a jsou na ně uplatňovány výrazné slevy (až 70 %, přičemž minimální cena za tabletu dosahuje 0,05 eura). V rozporu s tím, co by se z těchto předpokladů mohlo zdát, se však spotřeba soustřeďuje na značková balení s nejvyššími cenami. Pro řádné informování spotřebitelů a obchodních organizací je důležité, aby média přinesla povědomí o skutečných možnostech úspor, které jsou v celostátním měřítku k dispozici u výrobků s častým a rozšířeným užíváním, jako je tomu v případě paracetamolu 500 miligramů.“

(eve)

datelnou farmakokinetiku a jejich zvládnání je složité“. Toto doporučení vydal Farmakovigilanční výbor pro posuzování rizik léčivých přípravků (PRAC), které bylo nakonec zasláno Evropské komisi, jež vydala právně závazné rozhodnutí pro celou Evropskou unii.

Kromě toho některé evropské země zavedly omezení velikosti balení přípravků obsahujících paracetamol a/ nebo zakázaly jejich prodej mimo lékárny. Dánsko zavedlo v roce 2011 omezení velikosti balení a stanovilo věkovou hranici 18 let, což souviselo s počtem otrav paracetamolem, aniž by se prokázala příčinná souvislost. V Kanadě se změnou norem označování produktů obsahujících paracetamol nepodařilo snížit počet hospitalizací v důsledku náhodného předávkování paracetamolem.

inzerce



Doplňěk stravy



Cannabiben®

Doplňěk stravy na bázi konopného oleje,
skořice a vitaminů B1, B6, B12, D a E

Konopný olej se získává lisováním zastudena ze semen rostliny *Cannabis sativa*. Jeho složkami jsou vedle jiných menšinových prvků esenciální mastné kyseliny omega 3 a omega 6 v poměru prospěšném pro zdraví. Neobsahuje narkotika.