



# POLIFARMACIA

QUALI RISCHI?

**Assumere più farmaci nella stessa giornata è una necessità per molte persone, soprattutto anziane, che soffrono spesso di più malattie contemporaneamente. Occorre però prestare attenzione ai rischi che ne possono derivare. Quali sono? E' possibile ridurli? Come?**



Innanzitutto facciamo chiarezza perché la **polifarmacia** non va confusa con la **politerapia**! La parola *politerapia* indica l'impiego, su prescrizione medica, di più farmaci per curare una stessa malattia o per curare malattie diverse, ammettendo che tutti i farmaci prescritti siano realmente necessari per il paziente. Si parla di *polifarmacia*, invece, quando alla politerapia si sommano altri farmaci o integratori, prescritti dal medico o acquistati direttamente dal paziente, che non sono strettamente necessari per la sua salute. Non esiste una definizione condivisa di quanti debbano essere i farmaci che si assumono per poter parlare di polifarmacia,

ma generalmente si fa riferimento all'assunzione, nell'arco delle 24 ore, di 5 o più prodotti diversi.

Una ricerca italiana ha messo in evidenza che, nel 2011, all'11,3% delle persone con più di 65 anni erano stati prescritti contemporaneamente 10 o più farmaci. Nella fascia di età tra 75 e 84 anni, il 55% degli italiani era in trattamento con 5-9 farmaci e il 14% con 10 o più farmaci. Questi numeri, così impressionanti, non ci dicono con precisione quale sia la reale entità del fenomeno "polifarmacia", ma fanno supporre che abbia proporzioni piuttosto vaste, in parte giustificato dall'esigenza di trattare più malattie con-

temporaneamente (*politerapie*), ma in parte dovuto all'uso (o meglio **abuso**) di farmaci anche in situazioni che non richiederebbero un trattamento farmacologico.

Tuttavia non sono solo gli anziani, spesso affetti da diverse malattie, ad assumere un elevato numero di farmaci: anche molti adulti, sia uomini che donne, possono essere in trattamento con più farmaci contemporaneamente, perché oggi, in molte malattie croniche, si tende ad utilizzarli precocemente, prima che si verifichino danni ai principali organi. Ipertensione, diabete, ipercolesterolemia, osteoporosi, per fare alcuni esempi ben noti, interessano molte persone di mezza età ed è facile che, di volta in volta, ai farmaci specifici se ne aggiungano altri come antinfiammatori, antidepressivi, antiulcera, lassativi ecc.

Tutti sanno che, oltre agli effetti benefici (e desiderati) ogni farmaco assunto per curare una malattia o alleviare un sintomo, può provocare anche effetti indesiderati, più o meno fastidiosi o gravi. Non tutti sanno però che con l'assunzione di più farmaci il rischio complessivo è maggiore della somma dei rischi dei singoli farmaci, perché:

- è possibile che si verifichino interazioni

tra i diversi farmaci, nel senso che l'effetto di un farmaco può essere ridotto dall'azione di un altro, oppure può essere aumentata la tossicità (interazione *farmaco-farmaco*);

- è possibile che uno dei farmaci assunti abbia effetti negativi sul controllo di una delle malattie che si vogliono curare. Ad esempio, se una persona con la pressione alta, in cura con antipertensivi, assume frequentemente farmaci antinfiammatori, questi possono provocare aumento della pressione del sangue e ridurre l'efficacia del trattamento (interazione *farmaco-malattia*);
- dover gestire ogni giorno tanti farmaci diversi è sicuramente complicato. E' facile, ad esempio, che il numero di compresse contenuto in ciascuna confezione sia diverso per i vari medicinali prescritti così che ci si debba recare dal medico e in farmacia con cadenza diversa e ripetutamente. A volte viene consegnato il farmaco originale, altre volte un medicinale equivalente (generico) e con tutte quelle pillole, dosaggi e orari diversi si può fare confusione e diventa più difficoltoso rispettare le indicazioni del medico.





Naturalmente, sta al medico valutare costantemente lo stato di salute dei propri pazienti, prescrivendo solo i farmaci necessari per evitare i rischi della polifarmacia. A volte però questa semplice considerazione si scontra con la pratica. Infatti, se i farmaci vengono prescritti da un medico specialista, e il medico di famiglia non ne è informato, può accadere che a un farmaco prescritto in precedenza se ne aggiunga uno nuovo con caratteristiche o effetti simili. Un altro momento "critico" può essere quello della dimissione da un ricovero ospedaliero, quando ai farmaci che si prendevano prima del ricovero si aggiungono/sostituiscono altri farmaci. Infine può essere lo stesso paziente che, di propria iniziativa, decide di assumere un farmaco da banco acquistato diretta-

mente, senza pensare che potrebbe interagire con uno o più dei farmaci prescritti dal medico. Ricordiamo che il rischio non viene solo dai farmaci, ma anche da certi integratori o prodotti di erboristeria che, pur essendo "naturali", non è detto che non possano essere pericolosi in particolari condizioni. Ad esempio, alcuni prodotti erboristici possono aumentare gli effetti del warfarin, un anti-coagulante orale molto impiegato in terapia. Senza parlare poi della cattiva abitudine, che sembra essere tutt'altro che rara, di acquistare farmaci da prescrizione venduti (illegalmente!) online.

### Come ridurre i rischi

Per ridurre i rischi della polifarmacia la cosa più semplice è informare ad ogni visita il medico (di famiglia o specialista che sia), dei farmaci che si stanno assumendo, compresi i farmaci da banco, gli integratori e i prodotti erboristici. Per essere sicuri di non dimenticare nulla, è bene scrivere il nome del farmaco e la dose giornaliera che si sta assumendo in un elenco da tenere sempre aggiornato. Questo suggerimento vale anche quando ci si reca in farmacia per acquistare un farmaco da banco o un integratore, affinché il farmacista possa dare il consiglio più appropriato.

Un secondo suggerimento è prestare attenzione ad effetti come perdita dell'appetito, diarrea, stanchezza, confusione mentale, cadute, debolezza e vertigini, ansia, che sono gli effetti indesiderati più comuni dei farmaci ma potrebbero segnalare una eventuale interazione.

Infine, è sempre importante capire il ruolo di ognuno dei farmaci che si assumono e rivedere periodicamente con il medico la terapia per valutare la possibilità di semplificarla.