

קל לקבל טיפול, קשה להתמיד – על היענות לטיפול התרופתי הרוקחת אילת לוי, ארגון הרוקחות בישראל

רפואה איננה מדע מדויק. קיימים אמנם מחקרים מגובי סטטיסטיקות אשר מצביעים על מידת יעילותה של תרופה זו או אחרת אולם לעולם אין ודאות מלאה. עם זאת, דבר אחד מוסכם על כולם – **כדי שתרופה תעבוד צריך קודם כל ליטול אותה.**

זה נראה לכם אולי מובן מאליו אבל העובדות שבשטח מספרות סיפור אחר. **40-60 אחוזים מהמטופלים אינם נוטלים את התרופה אשר רשם להם הרופא או נוטלים אותה בצורה חלקית בלבד.** הדבר נכון במיוחד לגבי תרופות לטיפול במחלות כרוניות, אשר נזקיהן אינם נראים לעין אלא מתגלים רק ברבות השנים. הסיבות לכך רבות ומגוונות וניתן למנות עליהן תפיסות שגויות לצד חוסר הבנה של חשיבות התרופה, קושי כלכלי או פיזי לרכוש את התרופות, קושי טכני להשתמש בהן (הזלפה לא נכונה של טיפות עיניים, לדוגמה), תופעות לוואי אשר גורמות להפסקת השימוש ולעיתים גם פשוט בלבול או שיכחה.

בגלל החשיבות שבטיפול התרופתי, במיוחד בטיפול שמטרתו מניעת נזקים ארוכי טווח, לחוסר היענות השלכות כבדות – הן מהצד הרפואי והן מהצד הכלכלי. מן הצד הרפואי מחלה שלא תטופל עלולה לגרום לסיבוכים אשר יסבו סבל למטופל ולעיתים אף יגרמו לו למוות מוקדם בעוד שמהצד הכלכלי עלויות האישפוזים והטיפולים עולות לרוב על אלו שבסבסוד תרופה זו או אחרת.

כפועל יוצא, אחד התפקידים החשובים של הרוקח הינו איתור חוסר היענות וניסיון להבינה ולפתרה.

הרוקח זוכה לראות את המטופל בתכיפות רבה יותר מהרופא הרושם והוא גם זה ששומע מפיו באילו תרופות הוא משתמש ועל אילו הוא מעוניין לוותר. בנוסף, לרוקח הידע המקצועי והכלים להבין את הסיבות להימנעות ולנסות ליישבן.

כך, לדוגמה, אם החסם הינו **כלכלי** הרוקח יוכל לחשוב על חלופות זולות יותר. אם, לעומת זאת, המטופל הסיבה לחוסר היענות היא **תופעות לוואי** הרוקח יוכל להסביר האם הן קבועות או חולפות ולהציע למטופל להיאזר בסבלנות או לבקש חלופה טיפולית. הרוקח גם ידע לסנן מידע ולנפץ **מיתוסים שגויים** שמקורם ברשתות החברתיות ובתנועות נגד למיניהן וזאת בהתבסס על ספרות מקצועית ועל הידע שברשותו והרוקח הוא גם זה שידע לזהות שימוש לא נכון ולספק את ההדרכה הדרושה – הן באשר לעיתוי הנטילה והן באשר לצורה בה יש לבצע אותה.

לפיכך כאשר נרשמת לך תרופה חדשה תמיד בקש את כלל המידע לגביה – הן מהרופא והן מהרוקח וזאת על מנת להבין את חשיבותה, את תופעות הלוואי הצפויות, את אופן השימוש הנכון בה ואת ההשלכות של אי נטילה או של נטילה לא נכונה. בהמשך, מומלץ לסנן את המידע בחוכמה, רצוי דרך משקפיו של איש מקצוע, על מנת להמנע מפייק ניוז, ממיתוסים וממסעות צלב כנגד תרופות

במידה ומופיעות תופעות לוואי מומלץ לברר מתי הן צפויות לחלוף, לבקש טיפול נוסף להקלה זמנית ולהמתין בסבלנות.

במידה והבעיה היא **שיכחה** מומלץ לארגן את התרופות בקופסה ולהצמיד את נטילתן להרגל שנעשה בשיגרה (לדוגמה, ליטול לפני או אחרי ארוחה מסוימת). בנוסף, ובמידה וריבוי התרופות גורם לבלבול רצוי לבדוק מול הרופא והרוקח האם כולן אכן נחוצות והאם קיימים כדורים שמשלבים ביחד שניים או שלושה כדורים. ככל שמשטר הנטילה יהיה פשוט יותר – כך הסיכוי ליטול אותו יגדל.

לסיכום, נטילה לא נכונה או הימנעות מתרופות עלולות להסתכם בנזקים ארוכי טווח. על כן חשוב להבין את חשיבותה של כל תרופה ואת האופן שבו נוטלים אותה וליטול אותה עפ"י הנדרש.

לייעוץ אישי עם מוקד הייעוץ, חייגו 3711* (א, ג, ה' 10-13, ב, ד' 16:00-19:00).

ניתן גם להשאיר פנייה כאן: <https://www.askapharmacist.co.il>

<https://wikirefua.org.il/w/index.php/%D7%94%D7%99%D7%A2%D7%A0%D7%95%D7%AA%D7%9C%D7%98%D7%99%D7%A4%D7%95%D7%9C%D7%94%D7%AA%D7%A8%D7%95%D7%A4%D7%AA%D7%99%D7%90%D7%AA%D7%92%D7%A8%D7%99%D7%9D%D7%A4%D7%AA%D7%A8%D7%95%D7%A0%D7%95%D7%AA%D7%95%D7%94%D7%96%D7%93%D7%9E%D7%A0%D7%95%D7%99%D7%95%D7%AA> - Adherence to medical treatment - challenges solutions and opportunities

<https://www.wikirefua.org.il/w/index.php/%D7%94%D7%99%D7%A2%D7%A0%D7%95%D7%AA%D7%9C%D7%98%D7%99%D7%A4%D7%95%D7%9C> - Adherence with medical treatment

https://www.health.gov.il/hozer/DR_137.pdf