

# Samoleczenie wśród studentów fizjoterapii Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

Joanna Fidut-Wrońska, Robert Latosiewicz, Krzysztof Sokołowski, Karolina Janikowska

Zakład Rehabilitacji i Fizjoterapii, Wydział Pielęgniarstwa i Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny, Lublin

Fidut-Wrońska J, Latosiewicz R, Sokołowski K, Janikowska K. Samoleczenie wśród studentów fizjoterapii Uniwersytetu Medycznego w Lublinie. Med Og Nauk Zdr. 2012; 18(1): 9-11.

## Streszczenie

**Wprowadzenie:** Samoleczenie jest zjawiskiem powszechnym. Związane jest głównie ze zwiększonym dostępem do produktów farmaceutycznych i ich reklamą. Ze względu na swoje rozmiary stanowi znaczny problem w zakresie zdrowia publicznego.

**Cel pracy:** Celem pracy była ocena częstości i charakteru samolecznictwa wśród studentów fizjoterapii UM w Lublinie.

**Materiały i metoda:** Materiał badawczy stanowiły odpowiedzi uzyskane w anonimowej ankiecie przeprowadzonej wśród losowo wybranych studentów kierunku fizjoterapia UM w Lublinie. Do analizy zakwalifikowano 118 poprawnie wypełnionych ankiet.

**Wyniki:** Ponad 40% ankietowanych leczy się głównie samodzielnie bez konsultacji lekarskiej. 54% ankietowanych przyznaje, że zdarza im stosować środki lecznicze bez konsultacji. Ankietowani głównie leczą różnego rodzaju dolegliwości bólowe (97%), przeziębienie (91%), dolegliwości przewodu pokarmowego (53%). Najczęściej samodzielnie kupowanymi preparatami są leki na przeziębienie (89%), witaminy (83%) oraz leki przeciwbólowe (76%). Jednocześnie aż 25% badanych przyznało się, że tylko czasami zapoznaje się z ulotką dołączoną do opakowania, a 10% raczej nie czyta informacji dołączonych do specyfiku.

**Wnioski:** Samoleczenie wśród studentów jest zjawiskiem bardzo powszechnym. Znaczny odsetek studentów nie czyta informacji dołączonych do opakowania. Najczęściej leczonymi dolegliwościami są bóle, przeziębienie, a najczęściej kupowanymi lekami są leki na przeziębienie i witaminy.

## Słowa kluczowe

fizjoterapeuta, samoleczenie, student

## WPROWADZENIE

Samoleczenie chorób praktycznie istnieje od zawsze, zatem jest starsze niż medycyna czy farmacja. Popierane przed jednych, kontestowane przez innych wzbudza wiele zainteresowania zarówno w środowisku medycznym, jak i wśród pacjentów. Rekomendowane przez światowe organizacje – w rezolucji Parlamentu Europejskiego z 1996 r. – świadome i odpowiedzialnie praktykowane samoleczenie wywiera pozytywny wpływ na poziom zdrowotny społeczeństwa, zwiększa komfort życia i zachęca do stosowania aktywnej profilaktyki [1]. Gwałtowny rozwój tego zjawiska nastąpił w latach 90. wraz z pojawieniem się mody na zdrowy styl życia [2].

Z jednej strony samoleczenie sprzyja zwiększaniu wiedzy o chorobie, poczuciu odpowiedzialności za stan własnego zdrowia, powoduje znaczną oszczędność czasu i pieniędzy, zarówno dla pacjentów, jak również całego systemu ochrony zdrowia. Z drugiej strony duży i ciągle rosnący dostęp do leków bez recepty rodzi ryzyko i zagrożenia wynikające z niewłaściwego ich stosowania oraz możliwych niekorzystnych interakcji, powoduje opóźnianie diagnozy w przypadkach poważnych chorób, a także polipragmazję i leczenie wszystkich, nawet błahych, symptomów chorobowych [3].

Jednak, pomimo zagrożeń jakie niesie ze sobą zjawisko samolecznictwa, zdać należy sobie sprawę z tego, że żadna służba zdrowia żadnego kraju nie jest przygotowana na to, by zapewnić opiekę każdemu pacjentowi zgłaszającemu się

z błahego powodu. Zatem należy podjąć starania, by samoleczenie było możliwe jak najbardziej bezpieczne [4].

Celem pracy była ocena problemu samolecznictwa wśród studentów kierunku fizjoterapia Uniwersytetu Medycznego w Lublinie.

## MATERIAŁ I METODA

Materiał badawczy stanowiły odpowiedzi uzyskane w anonimowej ankiecie przeprowadzonej wśród losowo wybranych studentów pierwszego i drugiego roku studiów stacjonarnych na kierunku fizjoterapia w Uniwersytecie Medycznym w Lublinie. Autorski kwestionariusz ankiety zawierał 14 pytań zamkniętych oraz krótką metryczkę. W badaniu szczególną uwagę zwrócono na przyczyny samolecznictwa, najczęściej stosowane leki, najczęściej leczone schorzenia. Pytano również o postawę ankietowanych w obliczu pojawienia się choroby, o czynniki decydujące przy wyborze danego leku oraz o ingerencję ankietowanych w schemat leczenia zalecony przez lekarza bądź producenta leku.

Pośród 120 ankiet do dalszej analizy, po uprzednim uporządkowaniu oraz sprawdzeniu formalno-merytorycznym, zakwalifikowano 118 poprawnie wypełnionych kwestionariuszy.

## WYNIKI BADAŃ

W badaniu udział wzięły osoby w wieku 18-28 lat, średnia wieku wyniosła 20 lat. Grupę badawczą w stanowiły głównie

kobiety (73%), dominowały osoby stanu wolnego (81%) oraz zamieszkałe w mieście (71%).

Samodzielne leczenie przy pomocy środków kupowanych bez recepty zadeklarowało ponad 54% ankietowanych. 40% badanych leczy się głównie w ten sposób, a tylko 6% ankietowanych zawsze leczenie konsultuje z lekarzem.

W razie pojawienia się objawów chorobowych większość ankietowanych (53%) decyzję o konsultacji lekarskiej uzależnia od rodzaju dolegliwości. Ponad 30% ankietowanych korzysta z porady lekarza w ostateczności, gdy samodzielne leczenie nie przynosi efektów, natomiast 13% konsultuje się z lekarzem, gdy dolegliwości utrzymują się długi czas. Tylko 4% badanych idzie do lekarza od razu po pojawieniu się dolegliwości chorobowych.

Główną przyczyną samodzielnego stosowania leków według 36% ankietowanych jest nieistotność występujących u nich problemów zdrowotnych, 31% unika wizyty lekarskiej ze względu na długi czas oczekiwania na wizytę, natomiast 29% ze względu na brak czasu. 3% ankietowanych wskazało, iż głównym motywem podejmowania samoleczenia jest brak zaufania do lekarza.

Najczęściej stosowanymi samodzielnie lekami były leki na przeziębienie i grype (89%), witaminy (83%), środki przeciwbólowe (76%), leki przeciwgorączkowe (63%), tabletki do ssania (60%), krople do nosa (48%), środki uodparniające (37%). Rzadziej stosowane były zioła, mikroelementy, krople do oczu, leki rozkurczowe, leki przeciwalergiczne, przeciwzapalne, uspokajające. Najrzadziej stosowane były antybiotyki, leki przeciwgrzybicze, leki homeopatyczne i leki krwiotwórcze.

Ankietowani najczęściej samodzielnie leczą różnego pochodzenia bóle (97%): bóle głowy (70%), gardła (64%), brzucha (61%). Ponad 91% ankietowanych samodzielnie leczy przeziębienie, 72% osłabienie organizmu, 53% dolegliwości przewodu pokarmowego, 47% zapalenie górnych dróg oddechowych, 28% stres. Ankietowani sami leczą też migrenę, bezsenność, stany zapalne dróg moczowych oraz depresję.

Blisko 48% ankietowanych przyznało, że zdarza im się modyfikować zalecenia lekarskie odnośnie do leczenia. 50% ankietowanych deklarowało, że zawsze stosuje się do porad lekarskich. Zmiana schematu leczenia najczęściej polega na: doraźnym stosowaniu środków leczniczych do ustąpienia objawów (42%), wybiórczym braniu niektórych leków (21%), zmianie dawki (18%), braniu dodatkowych środków na własną rękę (16%). Ponad 18% zadeklarowało, iż zmienia zalecenia lekarskie po konsultacji z innym lekarzem.

Samodzielnie podejmowanie decyzji dotyczących własnego zdrowia wiąże się z odpowiedzialnością. Pociąga to za sobą konieczność zapoznawania się z treścią ulotki dołączanej do opakowania leku oraz przestrzegania wszystkich zaleceń w niej zawartych [5]. Jednak tylko 39% badanych zadeklarowało, że przed zastosowaniem leku kupionego bez recepty zawsze czyta ulotkę lub konsultuje się z farmaceutą bądź lekarzem, 25% ankietowanych najczęściej konsultuje leczenie bądź czyta ulotkę, 25% tylko czasami zasięga dodatkowych informacji. Blisko 10% ankietowanych przed użyciem leku nie czyta ulotek ani nie konsultuje się z personelem medycznym.

Ponad 36% ankietowanych deklaruje, że zawsze stosuje się do zaleceń producenta lub farmaceuty, 52% deklaruje, że najczęściej się stosuje. Blisko 10% uznało, iż tylko czasami stosuje się do zaleceń ulotki lub farmaceuty, a 2% stwierdziło, iż raczej ich nie przestrzega.

Zmiana zaleceń producenta lub farmaceuty najczęściej przybierała postać: doraźnego stosowania (34%), nieregularnego stosowania środków (29%), zmiany dawki (16%), rzadszego stosowania (13%), częstszego stosowania (7%).

W badaniu tylko 5% badanych uznało, iż na ich wybór wpływa reklama w mediach. Według ankietowanych głównym czynnikiem decydującym o zakupie wybranego leku bez recepty jest wcześniejsza skuteczność stosowanego leku (32%). Dla 22% ankietowanych liczy się rekomendacja osób, którym lek pomógł, dla 18% rekomendacja farmaceuty, a dla 9% rekomendacja lekarza. Dla 11% ważnym czynnikiem, decydującym o zakupie danego leku, jest cena, a 3% uznało, że o wyborze leku decyduje przypadek.

Ankietowani zadeklarowali, że więcej pieniędzy w ciągu roku wydają na leki przepisane przez lekarza niż na leki samodzielnie kupowane bez recepty (Tab. 1).

**Tabela 1.** Struktura wydatków na leki

	Leki bez recepty [%]	Leki na receptę [%]
Do 50 zł	37,5	26
Do 100 zł	37,5	23
Do 200 zł	14	30
Powyżej 200 zł	11	21

## DYSKUSJA

Samoleczenie wśród studentów jest powszechnym zjawiskiem społecznym, potwierdzają to badania własne oraz innych autorów [4, 6]. Preparaty przeciwbólowe wiele osób zażywa nawet po kilkanaście razy w miesiącu z powodu bólów kręgosłupa, głowy, stawów, zębów [7]. Samodzielne stosowanie leków było i jest tematem wielu polemik i sporów środowisk lekarskich i aptekarskich [8]. Obecnie praktykę tę uznaje się za zachowanie racjonalne, akceptowane jest przez rząd wielu krajów jako element usprawniający funkcjonowanie opieki zdrowotnej [9]. Jednak pamiętać trzeba, że leki, mimo korzystnych efektów ich stosowania, niosą za sobą pewne ryzyko i że „z każdym lekiem związane jest pewne (większe lub mniejsze) niebezpieczeństwo działań niepożądanych (...) utopią jest, że leki będą całkowicie bezpieczne” [10].

Z jednej strony tendencją ogólnosiową pozostaje zniesienie ograniczeń w dostępie do leków poprzez pomijanie lekarza w ordynacji leków i traktowanie lekarstw jak każdego innego towaru, a podyktowane jest często nie tyle dobrem pacjenta, co interesem firm farmaceutycznych [11]. Z drugiej strony pacjenci chętnie stosują samoleczenie ze względu na oszczędność czasu, trudny dostęp do lekarza, oszczędność pieniędzy, brak zaufania do służby zdrowia [12]. Jednak nadal nie wiadomo, w jakim stopniu społeczeństwo nasze przygotowane jest do samolecnictwa. Rośnie liczba leków do niedawna dostępnych tylko z przepisu lekarza, konsumenci leków wiedzę o nich czerpią głównie z reklam, nie zdając sobie sprawy, że pod różnymi nazwami zarejestrowane są preparaty zawierające ten sam aktywny składnik. Łącząc leki pacjenci nie zdają sobie sprawy z możliwości przedawkowania [13].

Jak powiedział Owidiusz „*Quidquid agis, prudenter agas et respice fi nem*” – *cokolwiek czynisz, czyń roztropnie i wypatruj końca*. Ciągłe brak jeszcze w świadomości Polaków niebezpieczeństwa, jakie niesie za sobą nierozważne stosowanie leków. Znaczny odsetek ankietowanych stosuje leki

bez dokładnego zapoznania się z ulotką bądź bez konsultacji lekarza lub farmaceuty. Znaczny odsetek ankietowanych zmienia zalecenia lekarskie i producentów. Badania przeprowadzone wśród studentów farmacji potwierdzają częste ingerencje pacjentów w zalecenia lekarskie [12], jednakże studenci farmacji jako personel wykwalifikowany mają dużą wiedzę o stosowaniu leków.

Wbrew opiniom reklama nie prowadzi do lawinowego wzrostu spożycia leków. Porównując intensywności kampanii reklamowych ze wzrostem sprzedaży leków zauważa się, że mimo zwiększonego zaangażowania firm w mediach, liczba sprzedanych opakowań preparatów OTC nie ulega zasadniczym zmianom od kilku lat [2]. W badaniu tylko 5% badanych uznało, iż na ich wybór wpływa reklama w mediach.

Ważnym zagadnieniem jest budowanie dobrej polityki samolecznictwa oraz edukacji zdrowotnej, by było ono bezpieczne, skuteczne i dobre. Trzeba zastanowić się nad edukacją zdrowotną, bo od samoleczenia nie ma odwrotu. Świadome i mądre samoleczenie jest przejawem nowoczesności, a jednocześnie deską ratunku dla kulejącej służby zdrowia [14]. Jednakże samoleczenie ma tylko wtedy głębszy sens, gdy towarzyszą mu inne zachowania ukierunkowane na tzw. samoopiekę – dotyczące zapobiegania chorobom, utrzymania zdrowia, autodiagnozy oraz umiejętności korzystania z profesjonalnej porady medycznej [15].

## WNIOSKI

- Zjawisko samolecznictwa jest powszechne wśród studentów kierunku fizjoterapii UM w Lublinie – blisko 94% korzysta z tej formy leczenia.
- Studenci fizjoterapii zbyt często zmieniają zalecenia lekarskie – 48% przyznaje się że zdarza się im zmieniać zalecenia lekarskie.

- Tylko 39% badanych przed zastosowaniem leku czyta ulotkę do niego dołączoną lub konsultuje się z lekarzem.
- Głównym motywem decydującym o wyborze leku przez studentów fizjoterapii jest jego wcześniejsza skuteczność.

## PIŚMIENICTWO

1. Korkosz T. Samoleczenie. *Gazeta Lekarska*. 2009; 5: 22-23.
2. Węgrzy J. Korzyści z samoleczenia. *Nasze Zdrowie II. Dodatek promocyjno-reklamowy do RZECZPOSPOLITEJ*. 2004; 140: 6823.
3. Wdowiak L, Kapka L. Zdrowie publiczne a samoleczenie. Konferencja naukowa: Samoleczenie a edukacja zdrowotna, polityka zdrowotna i etyka. Kraków 20 kwietnia 2009 r.
4. Pegiel-Kamrat JE, Zarzeczna-Baran A. Zjawisko samoleczenia wśród studentów pielęgniarstwa Akademii Medycznej w Gdańsku. *Zdr Pub*. 2004; 114(2): 234-237.
5. Grzelak-Hodor J. Efekty samoleczenia Polaków. *Puls Farmacji*. 2009; 7(31): 15.
6. Cianciara D. Reklama leków kierowana do publicznej wiadomości w Polsce – aspekty prawne, etyczne, zdrowotne i społeczne. *Prz Epidemiol*. 2004; 58: 555-63.
7. Pegiel-Kamrat J, Zarzeczna-Baran M. Zjawisko samoleczenia wśród studentów medycyny. *Ann UMCS*. 2005; 60 suppl. 16: 308-312.
8. Boruc R. Samoleczenie. *Menadżer Zdrowia*. 2004; 4: 36-41.
9. Wood WL. Samoleczenie w Wielkiej Brytanii. *Farm Pol*. 1997; 51(9): 398-340.
10. Kucharczyk T, Poleszak E. Analiza struktur sprzedaży odręcznej środków farmaceutycznych w aptekach województwa lubelskiego. *Farm Pol*. 1997; 53(5): 207.
11. Kruszewski, Miler A, Ratyński R. Leki OCT w alergologii – samoleczenie chorób alergicznych. <http://www.alergia.org.pl/> (dostęp: 30.08.2010).
12. Świątkiewicz G. Problem nadużywania legalnych psychoaktywnych farmaceutyków na tle społeczno-ekonomicznej transformacji w Polsce. *Alkohol Narkom*. 2005; 18(4): 73-92.
13. Dandysz A. Metody i sposoby zwiększania bezpieczeństwa leków. *Lek w Polsce*. 1995; 5: 30-36.
14. Bartkowiak L, Saran A. Postawy studentów farmacji wobec samoleczenia. *Aptekarz*. 2006; 14(5/6): 113-117.
15. Krajewski-Siuda K. Principiis obsta et respice finem, czyli jak budować politykę samoleczenia. *Alma Mater*. 2009; 115-116: 127-128.

# Self-treatment among students of physiotherapy at the Medical University in Lublin

## Summary

**Introduction:** Self-treatment is a commonly observed phenomenon, associated mainly with an increased access to pharmaceutical products and their advertising. Due to the size of this phenomenon it constitutes a considerable public health problem.

**Objective:** The objective of the study was evaluation of the frequency and character of self-treatment among students of physiotherapy at the Medical University in Lublin.

**Material and method:** The material for the study were replies obtained from an anonymous survey conducted among randomly selected students of physiotherapy at the Medical University in Lublin. 118 correctly completed questionnaire forms were qualified for analysis.

**Results:** More than 40% of respondents treated themselves independently, without medical consultations, 54% admitted that they use medicinal products without consultations. The respondents treated mainly various types of pain (97%), colds (91%), and complaints concerning the gastrointestinal system (53%). The pharmaceuticals most frequently purchased were drugs for colds (89%), vitamins (83%) and analgesics (76%). Simultaneously, as many as 25% of respondents declared that they only sometimes acquainted themselves with the leaflet included in the package, and 10% did not read the attached information.

**Conclusions:** Self-treatment is a very common phenomenon among students. A considerable percentage of students do not read the information included in the package. The complaints most frequently treated are pain and colds, while the pharmaceuticals most often purchased are vitamins and drugs for colds.

## Key words

physical therapy, self-treatment, students