

Znanje i stavovi studenata sestrinstva o bezreceptnim lijekovima

Viljevac, Sanja

Undergraduate thesis / Završni rad

2024

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University North / Sveučilište Sjever**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:122:349950>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

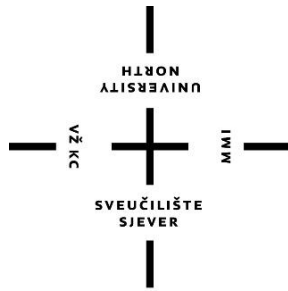
Download date / Datum preuzimanja: **2025-02-23**



Repository / Repozitorij:

[University North Digital Repository](#)





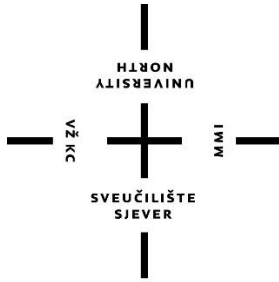
Sveučilište Sjever

Završni rad br. 1796/SS/2024

Znanje i stavovi studenata sestrinstva o bezreceptnim lijekovima

Sanja Viljevac, 0283004288

Varaždin, studeni, 2024. godine



Sveučilište Sjever

Odjel sestrinstva

Završni rad br. 1796/SS/2024

Znanje i stavovi studenata sestrinstva o bezreceptnim lijekovima

Student:

Sanja Viljevac, 0283004288

Mentor:

Doc. dr. sc. Sonja Obranić

Varaždin, studeni 2024.godine.

Prijava završnog rada

Definiranje teme završnog rada i povjerenstva

ODJEL	Odjel za sestrinstvo		
STUDIJ	Stručni prijediplomski studij sestrinstva		
PRISTUPNIK	Sanja Viljevac	MATIČNI BROJ	0283004288
DATUM	14.06.2024.	KOLEGIJ	Farmakologija
NASLOV RADA	Znanje i stavovi studenata sestrinstva o bezreceptnim lijekovima		
NASLOV RADA NA ENGL. JEZIKU	Nursing students' knowledge and attitudes about over-the-counter medications		

MENTOR	Sonja Obranić	ZVANJE	docent
ČLANOVI POVJERENSTVA	1. izv.prof.dr.sc. Rosana Ribić, predsjednica		
	2. doc.dr.sc. Sonja Obranić, mentorica		
	3. doc.dr.sc. Irena Canjuga, članica		
	4. Valentina Novak, mag.med.techn., zamjenska članica		
	5. _____		

Zadatak završnog rada

BROJ	1796/SS/2024
OPIS	<p>Samoinicijativno uzimanje lijekova je sastavni dio samopomoći, koje osoba primjenjuje kad god se nađe u situaciji narušenog zdravlja. Razna istraživanja potvrđuju da od 1000 ljudi, njih tri četvrtine, unutar mjesec dana ima nekakav zdravstveni problem, ali se liječi samoinicijativno. Prema stavu Svjetske zdravstvene organizacije, samoliječenje je potrebno poticati, što zbog bolje osvještenosti o vlastitom zdravlju, također i zbog rasterećenja zdravstvenog sustava i ušteda. Međutim, s obzirom da se radi o supstancama, koje bi mogle imati neželjene nuspojave, ako se ne koriste primjereno, potreban je oprezan pristup samomedikaciji. Ovim istraživačkim radom želim prikazati opće znanje, stavove i iskustva studenata sestrinstva o bezreceptnim lijekovima. Ciljana skupina su studenti sestrinstva u Republici Hrvatskoj, među kojima su neki tek na početku školovanja i bez radnog iskustva, a neki od njih već sa višegodišnjim radnim iskustvom na raznim područjima rada struke. Istraživanje će se provesti putem online anonimne ankete od 22 pitanja, proslijedene u grupe studenata s raznih sveučilišta i veleučilišta RH. Anketom će se dobiti uvid u dob ispitanika, radni status, a zatim o općem znanju i stavovima o bezreceptnim lijekovima, te nekoliko pitanja o vlastitom iskustvu. Prikupljeni podaci će biti statistički obrađeni i analizirani, a rezultati će biti prikazani i objašnjeni putem deskriptivne analize podataka.</p>

ZADATAK URUČEN

17.06.2024.



POTPIS MENTORA

Sonja Obranić

Zahvala

Zahvaljujem se svojoj mentorici Sonji Obranić, doc. dr. sc., koja mi je svojim stručnim znanjem i savjetima pomogla oblikovati ideju oko izrade ovog završnog rada. Zahvaljujem se na strpljenju, razumjevanju i pružanju podrške.

Zahvaljujem se kolegama i kolegicama, studentima sestrinstva koji su dobrovoljno sudjelovali u rješavanju anketnog upitnika u svrhu izrade ovog završnog rada.

Zahvaljujem se svojoj obitelji i prijateljima, najvećoj podršci tokom studiranja.

Sažetak

Samoinicijativno uzimanje lijekova je sastavni dio samopomoći, koje osoba primjenjuje kad god se nađe u situaciji narušenog zdravlja. Razna istraživanja potvrđuju da od tisuću ljudi, njih tri četvrtine, unutar mjesec dana ima nekakav zdravstveni problem, ali se liječi samoinicijativno. Prema stavu Svjetske zdravstvene organizacije, samoliječenje je potrebno poticati, što zbog bolje osviještenosti o vlastitom zdravlju, također i zbog rasterećenja zdravstvenog sustava i financijskih ušteda. Međutim, s obzirom da se radi o supstancama, koje bi mogle imati neželjene nuspojave, ako se ne koriste prema uputama, potreban je oprezan pristup samomedikaciji.

U ovom istraživačkom radu će se prikazati opće znanje, stavovi i iskustva studenata sestrinstva o bezreceptnim lijekovima. Ciljana skupina su studenti sestrinstva u Republici Hrvatskoj, među kojima su neki tek na početku studija i bez radnog iskustva, a neki od njih su već sa višegodišnjim radnim iskustvom, na raznim područjima rada struke. Istraživanje je provedeno putem online anonimnog upitnika, proslijeđenog u grupe studenata sa raznih sveučilišta i veleučilišta Republike Hrvatske. Anketom je prikazan uvid u dob ispitanika, radni status, opće znanje i stavovi o bezreceptnim lijekovima, te vlastito iskustvo ispitanika s uporabom bezreceptnih lijekova.

Ključne riječi: bezreceptni lijekovi, samoliječenje, samozbrinjavanje, zdravlje.

Summary

Taking medication on your own initiative is an integral part of self-help that a person applies whenever he finds himself in a situation of impaired health. Various studies confirm that out of thousand people, three-quarters of them have a health problem within a month, but treat it on their own initiative. According to the position of the World Health Organization, self-treatment should be encouraged, partly because of better awareness of one's own health, partly because of the relief of the health system and financial savings. However, considering that these are substances that could have unwanted side effects if not used according to the instructions, a cautious approach to self-medication is required.

This research will present the general knowledge, attitudes and experiences of nursing students about over-the-counter drugs. The target group are nursing students in the Republic of Croatia, among whom some are just at the beginning of their studies and without work experience and some already have many years of work experience in various fields of the profession. The research was conducted through an online anonymous questionnaire, forwarded to the groups of students from different universities and polytechnics in the Republic of Croatia. The survey showed an insight into the respondent's age, work status, general knowledge and attitudes about over-the-counter drugs and their own experience with the use of over-the-counter drugs.

Keywords: non-prescription drugs, self-medication, self-care, health

Popis korištenih kratica

HALMED	Agencija za lijekove i medicinske proizvode
NSAIL/ NSAID	nesteroidni protuupalni lijek; eng. nonsteroidal antiinflammatory drug
OTC	„over the counter“ ; prijevod na hrvatskom jeziku: „preko pulta“, Lijekovi kojima je odobren način izdavanja bez liječničkog recepta; bezreceptni lijek.

SADRŽAJ

1.UVOD.....	1
1.1 Bezreceptni lijekovi	1
1.2. Samozbrinjavanje i samoliječenje.....	2
1.3. Uzroci uzimanja bezreceptnih lijekova.....	4
1.4. Problemi povezani s bezreceptnim lijekovima	5
1.5. Najčešće korišteni bezreceptni lijekovi	6
2.ISTRAŽIVANJE.....	10
2.1. Cilj.....	10
2.2. Metode i ispitanici.....	10
2.3. Rezultati	11
2.4. Rasprava.....	21
2.5. Zaključak istraživanja	23
3.ZAKLJUČAK.....	25
LITERATURA	26

1. Uvod

1.1 Bezreceptni lijekovi

Agencija za lijekove i medicinske proizvode (HALMED), koja odobrava izdavanje određenih lijekova, također određuje i način izdavanja lijeka, točnije, hoće li za određen lijek biti potreban liječnički recept ili ne. Lijekovi koji se izdaju bez potrebnog liječničkog recepta se nazivaju bezreceptni lijekovi ili OTC lijekovi (eng. "over the counter", što bi u prijevodu značilo preko pulta) [1]. Za različite tegobe, simptome i bolesti koje čovjek može sam prepoznati i procijeniti kako si pomoći, bezreceptni lijekovi služe upravo tome, jer omogućuju učinkovito i financijski isplativo rješenje da bi čovjek uspješno tretirao svoje zdravstveno stanje. Takvim načinom „liječenja“ smanjuje se opterećenje zdravstvenog sustava, jer se smanjuje broj posjeta liječniku i povezanih troškova liječničkih recepata [2].

Iako za bezreceptne lijekove nije potrebna posjeta liječniku koji bi propisao taj lijek, regulirani su po strogom postupku davanja odobrenja Agenciji za lijekove i medicinske proizvode (HALMED). Svaki lijek mora zadovoljiti strogo postavljene zahtjeve djelotvornosti, kakvoće, odgovarajuću sigurnost primjene. Mogu sadržavati jednu ili više djelatnih tvari, koje mogu biti kemijskog ili biljnog podrijetla. Moraju imati nizak stupanj toksičnosti, nizak rizik za pojavu nuspojava. Moraju imati dokazanu učinkovitost, te nizak potencijal za mogućnost nastanka interakcije s drugim lijekovima. Status bezreceptnog lijeka mogu dobiti samo oni lijekovi za koje nije nužan liječnički pregled, jer su namijenjeni kratkotrajnom liječenju simptoma/stanja koje pacijenti lako mogu sami prepoznati i ne zahtijevaju nužan liječnički nadzor. Trenutno se u Hrvatskoj na HALMED popisu nalazi 467 lijekova koji se mogu kupiti bez recepta [1]. Istraživanja pokazuju porast u upotrebi bezreceptnih lijekova, a pogrešna samodijagnoza ili uzimanje prekomjernih količina bezreceptnog lijeka, mogu izazvati razne nuspojave i interakcije.

Zabilježen je porast upotrebe farmaceutskih lijekova u općoj populaciji, ali nije povezan i sa poboljšanjem zdravlja. Neki od čimbenika koji utječu na ovaj porast su dob, veći i lakši pristup

lijekovima, samodijagnoza i samoliječenje [3]. Kao i svi ostali lijekovi, tako i bezreceptni lijekovi nisu bez rizika, mogu se pojaviti nepovoljni učinci, te mogućnost interakcije s drugim lijekovima, stoga je vrlo važno da potrošači pažljivo pročitaju i slijede upute, te odgovorno postupaju u slučaju uzimanja istih. Ako postoji bilo kakva nesigurnost ili zabrinutost, trebali bi se posavjetovati s liječnikom ili ljekarnikom.

Sigurno i učinkovito korištenje OTC lijekova zahtjeva da pojedinac bude u mogućnosti točno sam dijagnosticirati svoje stanje, savjesno postupati i pridržavati se uputa za uporabu. Farmaceuti imaju važnu ulogu u ovom području, jer pomažu potrošačima kako da odaberu pravi lijek koji će biti učinkovit za određena stanja, simptome i tegobe. Praktičnost i pristupačnost bezreceptnih lijekova je svakako pogodnost za potrošače, međutim brojna istraživanja pokazuju da pacijenti dovode svoje zdravstveno stanje u problem zbog nepridržavanja uputa, zbog nedovoljno informacija, znanja, ali i zloupotrebe bezreceptnih lijekova. U istraživanju provedenom putem intervjua sa 186 odraslih osoba, starijih od 65 godina koji su izjavili da su koristili gotovo dvostruko više bezreceptnih lijekova, nego lijekova na recept. Nekoliko ispitanika je priznalo da je pod utjecajem reklama izabralo koristiti određen lijek, također primijećena je određena prekomjerna uporaba laksativa, primjena antacida tijekom dužeg vremenskog razdoblja, zbog perzistentnih simptoma. Manji broj ispitanika je znao navesti mjere opreza vezane uz OTC lijekove. Kao sam zaključak ovog istraživanja, navodi se da je potrebno razvijati edukativni program o upotrebi bezreceptnih lijekova, posebno kod starijih osoba [4]. Kada se ljudi razbole, neki će odlučiti zanemariti svoje simptome, drugi će se samoliječiti, dok će treći potražiti stručnu pomoć. Odabrani koraci i koliko brzo će se poduzeti, ovise o mnogim čimbenicima, kao što su dugogodišnje osobno iskustvo uspješnog samoliječenja i poznavanje određenih proizvoda. Potrebno je provoditi promicanje aktivnosti samozbrinjavanja, na siguran i učinkovit način [5].

1.2. Samozbrinjavanje i samoliječenje

Primarna zdravstvena zaštita se pruža kroz zdravstveni sustav koji obuhvaća sve organizacije, ljude i akcije, čija je primarna namjera promicati, obnavljati i održavati zdravlje. Na učinak zdravstvenog sektora utječu i drugi sektori izvan njega. Briga o sebi predstavlja niz odluka i skrbi o zdravlju koje pojedinci poduzimaju u vlastito ime. Odluke donesene na individualnoj razini, naposljetku utječu i

na obitelj pojedinca, ali i čitave zajednice. U mnogim razvijenim zemljama, poduzimaju se mjere za poticanje samozbrinjavanja i što većom kontrolom nad vlastitim zdravljem i zdravstvenim pitanjima. Razna istraživanja i podaci koji su prikupljeni tijekom vremena, pokazuju kako briga o sebi može napraviti veliku razliku u pogledu učinkovitosti zdravstvene zaštite, prvenstveno uključujući aspekt troškova, a zatim i na pomak fokusa kod zaraznih, ali i kroničnih bolesti. Pojedinaac koji provodi brigu o sebi, svom vlastitom zdravlju, pretpostavlja se da je i više aktivniji, odgovorniji, te bolje informiran, zbog čega su pružatelji zdravstvenih usluga na primarnoj razini usmjereni na osiguravanje informacija zajednici, te osiguravaju pružanje potrebnih usluga [6].

U smjernicama Savezne ljekarničke komore o osiguranju kvalitete samoliječenja, utvrđeni su kriteriji za odabir i procjenu djelatne tvari, odgovarajuća doziranja popis sredstava i izvor za podršku savjetovanja pacijenata o samoliječenju. Ograničenja i smjernice kod samoliječenja su: dob pacijenta, nejasan opis simptoma, vrsta, trajanje i učestalost simptoma, komorbiditeti, sumnja na nuspojave zbog propisanih lijekova, sumnja na zlouporabu droga, samoliječenje tokom trudnoće. Kriteriji za odabir preporučenog lijeka za samoliječenje su: sastojci (procjena koristi određenih sastojaka lijeka), doza (provjera da li je preporučena doza učinkovita za određenu indikaciju), oblik doziranja (da li je lijek prikladan za korištenje kod djece), veličina pakiranja (procjena trajanja terapije). Važne informacije u savjetovanju o samoliječenju su: da se lijek ne koristi u kombinaciji s alkoholom i/ili određenim namirnicama, izbjegavanje UV svjetla/ korištenje odgovarajuće UV zaštite, smanjenje učinkovitosti lijeka (oralni kontraceptivi), ponašanje u slučaju trudnoće, odgovarajuće skladištenje lijeka, provjera roka valjanosti i rok upotrebe nakon otvaranja, upute za čišćenje nekih pomoćnih sredstava za doziranje, te pravilno odlaganje lijekova i pribora [7].

Samozbrinjavanje je širok pojam koji obuhvaća osobnu higijenu, prehranu, stil života, okolišne čimbenike, socioekonomske čimbenike i samoliječenje. Samoliječenje je zapravo odgovorna upotreba lijekova koji se izdaju bez recepta (OTC lijekovi). Svjetska zdravstvena organizacija definira samoliječenje kao korištenje lijekova za liječenje samodijagnosticiranih bolesti ili simptoma [8]. Samoliječenje globalno igra veliku ulogu kao jedna vrsta intervencije unutar širokog koncepta samoliječenja. Samoliječenje bi trebalo biti kao dodatak uslugama koje nudi sustav zdravstvene zaštite, međutim često se događa da je to zapravo i jedina dostupna mogućnost „liječenja“ za pojedince. Bezreceptni lijekovi, koji su dostupni u ljekarnama, drogerijama i drugim specijalnim trgovinama omogućuju pojedincima da svoje zdravstvene tegobe i stanja izliječe bez posjeta liječniku

ili hitne pomoći. Istraživanja i podaci, provedenih na temu samoinicijativnog liječenja i korištenja bezreceptnih lijekova su uglavnom usmjereni na zemlje s visokim standardom, dok u zemljama s niskim socioekonomskim standardom nema dovoljno istraživanja i podataka o tome [9].

1.3. Uzroci uzimanja bezreceptnih lijekova

Prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), najmanje polovica svjetske populacije nema pristup osnovnoj zdravstvenoj skrbi, što je uzrokovano nedostatkom pružatelja zdravstvenih usluga, nedostatkom zdravstvenih ustanova, te visokim troškovima zdravstvenih usluga. Samoinicijativno uzimanje lijekova je sastavni dio samopomoći, koje osoba primjenjuje kad god se nađe u situaciji narušenog zdravlja. Razna istraživanja potvrđuju da od 1000 ljudi, njih tri četvrtine, unutar mjesec dana ima nekakav zdravstveni problem, ali se liječi samoinicijativno [6]. Prema stavu Svjetske zdravstvene organizacije, samoliječenje je potrebno poticati, što zbog bolje osviještenosti o vlastitom zdravlju, također i zbog rasterećenja zdravstvenog sustava i ušteda. Međutim, s obzirom da se radi o supstancama, koje bi mogle imati neželjene nuspojave, ako se ne koriste primjereno, potreban je oprezan pristup samomedikaciji [10]. Najčešće se upotrebljavaju lijekovi koji uključuju liječenje blage do umjerene boli, simptoma prehlade, peludne groznice, žgaravice, dijareje, konstipacije, hemeroida. Pristupačnost i praktičnost su važne značajke uzimanja bezreceptnih lijekova. Veletrgovci lijekovima u Hrvatskoj, često upravljaju ljekarničkim grupama ili barem blisko surađuju, te tako stvaraju tržišne monopole. Za razliku od lijekova koji su regulirani prema propisima Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje, o cijenama bezreceptnih lijekova odlučuju sile slobodnog tržišta. Ljekarne, odnosno farmaceuti su najpristupačniji zdravstveni djelatnici od kojih pacijenti mogu dobiti pouzdane informacije o potencijalnoj terapiji, određenom lijeku, jer nije potreban prethodni dogovor termina, a i često su dostupne 24 sata u tjednu. S obzirom da je ljekarnik dužan djelovati za dobrobit pacijenta u svakom trenutku, te medicinski čimbenici bi trebali biti glavna odrednica u preporukama o bezreceptnom lijeku, može doći i do sukoba interesa, jer istovremeno mora uzeti u obzir prodaju, profit i ekonomski opstanak [11].

1.4. Problemi povezani s bezreceptnim lijekovima

Problemi s lijekovima povezani su s farmakoterapijom, postoji samo nekoliko istraživanja o problemima povezanim s bezreceptnim lijekovima. A najčešće uočeni problemi su: odabir bezreceptnog lijeka, nedovoljan učinak lijeka, neželjeni učinak, uzimanje preniske doze bezreceptnog lijeka, predugo korištenje lijeka. S obzirom da se u nekim zemljama, bezreceptni lijekovi mogu kupiti i na drugim prodajnim mjestima, ne samo u ljekarnama i specijaliziranim trgovinama. Osobe koje prodaju lijek, nisu educirane, samim time nije im niti dozvoljeno davati informacije o određenom lijeku, kupac jedinu informaciju dobiva zapravo u samim uputama, priložene uz kupljeni lijek. Zbog toga, ljekarne, odnosno farmaceuti su u jedinstvenoj poziciji, gdje bi se trebali posebno fokusirati na ulogu u savjetovanju o samoliječenju, radi sigurnosti pacijenata i čitave zajednice [13].

Također, starija populacija koristi više različitih lijekova, uključujući onih pisanih na recept i bezreceptnih lijekova. Upotreba pet ili više različitih lijekova se naziva politerapijom, a o samoj pojavi politerapije utječu različiti čimbenici. Politerapija je povezana i s većim rizikom od neželjenih zdravstvenih učinaka, koji mogu rezultirati hospitalizacijom, a ponekad i smrću. Na području Njemačke, provedeno je istraživanje, gdje je bilo uključeno 466 pacijenata starije životne dobi (sedamdeset i više godina) U prosjeku, svi pacijenti su koristili 3,7 propisanih lijekova i dodatnih 1,4 bezreceptnih lijekova. Ukupno je 26,7% pacijenata koristilo pet ili više kronično propisanih lijekova. Na pojavu politerapije i njenih neželjenih učinaka, između ostalog dolazi i zbog povećane dostupnosti bezreceptnih lijekova [14].

Lijekovi pomažu u očuvanju zdravlja, te mogu učiniti da se osjećamo bolje, međutim važno je prepoznati da svi lijekovi (na recept ili bez recepta) kako imaju koristi, tako imaju i potencijalne rizike, jer mogu izazvati razne nuspojave i interakcije. Nuspojave su neželjeni učinci lijeka koji se mogu javiti, čak i ako se uzima prema uputama i u odgovarajućoj dozi. Neke od najčešćih i uobičajenih zabilježenih nuspojava su: glavobolja, vrtoglavica, konstipacija, želučane tegobe. Zatajenje jetre ili srčani problemi, su rijetke ali vrlo ozbiljne nuspojave. Također, problem s disanjem ili gutanjem, nakon uzimanja lijeka, zahtjeva hitnu medicinsku pomoć. Alergijske reakcije predstavljaju preosjetljivu reakciju imunološkog sustava na određene tvari. Tada se pojavljuje osip, crvenilo, svrbež, sužavanje grla, kratak dah, otežano disanje. Svi lijekovi imaju rizik od pojavljivanja nuspojava, vrlo je važno za pojedinca, da ima sposobnost i potrebno znanje kako bi mogao odvagati

rizike i koristi kada je u pitanju donošenje odluke o korištenju određenog lijeka. Važno je i znati da lijek koji osoba uzima godinama, može iznenada izazvati ozbiljnu reakciju, nuspojavu. Sve informacije o mogućim rizicima i nuspojavama dolaze s lijekovima [15].

1.5. Najčešće korišteni bezreceptni lijekovi

U Republici Hrvatskoj, u prometu mogu biti samo oni lijekovi kojima je izdano odobrenje za stavljanje u promet, od strane Agencije za lijekove i medicinske proizvode (HALMED) ili Europska komisija. U bazi popisa lijekova, (HALMED) se trenutno nalazi 467 OTC (bezreceptnih) lijekova.

10 OTC lijekova koji se najviše koriste u Hrvatskoj, izvješće iz 2022.godine, HALMED.

1. Acetilsalicilna kiselina - u malim dozama pripada skupini antitrombocitnih lijekova. Koristi se u liječenju nestabilne angine pektoris (srčana bol zbog poremećaja cirkulacije u srčanim arterijama), kod akutnog infarkta miokarda, za prevenciju kod osoba koje su već preboljele srčani udar, nakon operacija ili drugih zahvata na arterijskim krvnim žilama, za prevenciju prolazne ishemijske insuficijencije u mozgu i moždanog udara [1].
Službena upozorenja i moguće nuspojave vezane uz korištenje ovog lijeka: ubrzan metabolizam, pireksija, tahipneja, povraćanje, što dovodi do gubitka tekućine i dehidracije, kompenzacija respiratorne alkalozе što može dovesti do pojačanog bubrežnog izlučivanja natrija i kalija. Mučnina, gastrointestinalno krvarenje, tinitis, vrtoglavica, gluhoća, plućni edem, produljeno protrombinsko vrijeme, hepatotoksičnost [16].
2. Ibuprofen – pripada skupini nesteroidnih protuupalnih lijekova (NSAIL), koristi se za ublažavanje bolova (glavobolja, zubobolja, menstrualna bol, napad migrene) i snižavanje povišene tjelesne temperature [1]. Uobičajene nuspojave uzimanja ovog lijeka mogu uključivati: grčeve i/ili bol u trbuhu, nadutost, plinove, zatvor, proljev, vrtoglavica, zadržavanje tekućine, glavobolja, žgaravica, gubitak apetita, mučnina, zujanje u ušima, a posebna upozorenja o ovom lijeku su: peptički ulkus, krvarenje, korištenje s oprezom kod bolesti bubrega ili jetre, alergijska reakcija, problemi s vidom, može produljiti vrijeme krvarenja [17].
3. Askorbinska kiselina – vitamin C: za liječenje nedostatka vitamina C, prevencija i liječenje skrobuta u odraslih [1]. Iako se tvrdi da je uzimanje visokih doza vitamina C bezopasno, na

temelju činjenice da je to vitamin topiv u vodi i da se ne pohranjuje u tijelu, postoje mnoge nuspojave i interakcije s drugim lijekovima. Zabilježeno je da visoke doze vitamina C mogu povećati hemolitičku anemiju kod nekih osoba, te postoji rizik od zatajenja bubrega kod osoba s bubrežnim poremećajima. Ne preporučuje se kod osoba s hemokromatozom (povišena količine željeza u krvi). Vitamin C čini mokraću kiselom, što može dovesti do stvaranja bubrežnih kamenaca. Prekomjerne doze vitamina C, također mogu imati laksativni učinak (proljev je najčešća nuspojava visokih doza vitamina C). Također, u kombinaciji s određenim kemoterapijskim lijekovima, povećava toksičnost [17].

4. Paracetamol - blagi analgetik i antipiretik, koristi se za ublažavanje blage do umjerene boli, te snižavanje povišene tjelesne temperature [1] Paracetamol je početkom 1980-ih postao najrašireniji analgetik koji se izdaje bez recepta, a i danas je najčešće korišten. Prodaje se bez recepta i nebi se trebao koristiti duže od 3 dana bez savjetovanja s liječnikom. Pri kroničnoj upotrebi, paracetamol ima manji analgetski učinak, a štete kod dugotrajne primjene nisu posve jasne i dovoljno istražene. Međutim, ipak postoji određena zabrinutost na kardiovaskularni, respiratorni, bubrežni, gastrointestinalni i središnji živčani sustav [18].
5. Oksimetazolin – (u obliku kapi, spreja za nos) sužava krvne žile u nosu i time smanjuje otečenost sluznice i simptome začepljenog nosa, koristi se kod upale nosne sluznice (akutni rinitis), peludne hunjavice (alergijski rinitis), upale srednjeg uha (otitis media) za poboljšavanje prohodnosti Eustahijeve tube, te pri endoskopskim kirurškim zahvatima u nosu, jer smanjuje edeme i krvarenje. Oksimetazolin je bezreceptni lijek koji se često koristi i prijavljene su vrlo rijetke pojave nuspojava, ali moguće su i opasne su po život, kao što je koronarna ishemija i akutni koronarni sindrom [19].
6. Bisakodil – pripada skupini laksativnih lijekova, te se koristi za kratkotrajno liječenje konstipacije [1]. Iako je relativno često korišten i siguran lijek, u slučaju starijih i nepokretnih bolesnika preporučuje se oprezna primjena i izbjegavanje prekomjernih doza. Neki od učinaka koje može izazvati primjena bisakodila su: bolovi u trbuhu, proljev, enteritis, povremene mučnine i glavobolje, a u nekim slučajevima su zabilježena i oštećenja crijevne sluznice [20].
7. Acetilcistein – koristi se za liječenje bolesti dišnog sustava, povezanih s pretjeranim stvaranjem sluzi (akutni bronhitis – upala dišnih puteva u plućima), razlaže i razrjeđuje gustu sluz, kako bi postala vodenastija i lakše se iskašljavala. Ima neugodan okus i miris, ali se općenito dobro podnosi, no neke od navedenih rijetkih nuspojava su mučnina, povraćanje,

- proljevanje, a kod osoba koje koriste antikoagulantne lijekove može biti kontraindicirano, također kod bolesnika koji koriste nitroglicerina treba biti oprezan jer može uzrokovati hipotenziju [21].
8. Ksilometazolin – koristi se za sužavanje krvnih žila, te smanjenje otečenosti sluznice nosa. Iako se rijetko pojavljuju nuspojave, potreban je poseban oprez pri uzimanju ovog lijeka, jer postoji opasnost od potencijalnog ishemijskog moždanog udara, anafilaktičkog šoka ili napada angine [22].
 9. Glukozamin – pripada skupini protuupalnih i antireumatskih lijekova, koristi se za ublažavanje boli, ukočenosti i ograničene pokretljivosti kod kroničnih upalnih promjena u zglobovima (osteoartritis koljena); ne primjenjuje se kod akutne boli. Glukozamin se smatra sigurnim lijekom, nikakvi ozbiljni ili fatalni štetni učinci nisu zabilježeni. Međutim, potrebno je imati na umu nekoliko potencijalnih nuspojava, a prva i najočitija je alergija na školjke (s obzirom da se glukozamin ekstrahira iz hitina koji se nalazi u školjkama). Osim toga, moguć je utjecaj na krvni tlak i bubrežnu funkciju, zbog visokog unosa soli primjenom ovog lijeka. A potrebna su daljnja i detaljnija istraživanja kako bi se utvrdili dugoročni učinci glukozamina na osjetljivost inzulina u organizmu [23].
 10. Nafazolin – simpatomimetički lijek: ublažava simptome crvenila i svrbeži oka, smanjuje otečenost sluznice nosa, olakšava drenažu sinusa i otklanja osjećaj začepljenosti. [1] Pravilnom primjenom je siguran lijek, međutim slučajno gutanje lijeka može izazvati ozbiljne posljedice. Neodgovarajuća upotreba ovog lijeka može dovesti do posljedica, kao što su srčani problemi, jake glavobolje i rizik od moždanog udara [24].

Istraživanje o dojmovima potrošača o sigurnosti i efektivnosti bezreceptnih lijekova. Istraživanje je provedeno u jednoj kanadskoj pokrajini, putem online nasumične ankete. Od 3000 poslanih anketa, dobiveno je 575 popunjenih anketa. Javnost, općenito vjeruje da su bezreceptni lijekovi korisni za liječenje lakših bolesti, odnosno uklanjanje tegoba. Cilj ovog istraživanja bio je procijeniti svojstva u 15 kategorija lijekova kroz 3 dimenzije: učinkovitost, sigurnost, poznatost. Procjenjivali su se: lijekovi za prehladu, laksativi, multivitamini, antihistaminici za alergije, krema za atletska stopala, krema za pelenski osip, lijek za snižavanje temperature kod djece, lijek protiv proljeva, tablete protiv bolova, sirup protiv kašlja kod djece, mast za liječenje herpesa, kapi za oči, sirup protiv kašlja za odrasle, lijekovi protiv žgaravice, lijekovi protiv glavobolje.

Rezultati istraživanja uglavnom podržavaju druga istraživanja u kojima se bezreceptni lijekovi opisuju kao sigurni i učinkoviti. Međutim, važno je napomenuti da ocjene sigurnosti nisu bile osobito visoke, iako su sve bile iznad sredine ljestvice. To može biti indikacija zdravog stava ispitanika, pri čemu potrošači znaju da se ova sredstva trebaju koristiti s oprezom. U tome je postojao mali trend, kako je poznavanje proizvoda raslo, tako su rasli i dojmovi o sigurnosti i učinkovitosti [12].

2. ISTRAŽIVANJE

2.1. Cilj

Cilj ovog istraživanja je prikazati opće znanje, stavove i iskustva studenata sestrinstva. Ciljana skupina su studenti sestrinstva u Republici Hrvatskoj, među kojima su neki tek na početku studijskog školovanja, bez radnog iskustva, a neki od njih već sa višegodišnjim radnim iskustvom na raznim područjima rada struke. Želi se potvrditi pretpostavka da studenti sestrinstva posjeduju dobro znanje o lijekovima koji se kupuju bez recepta.

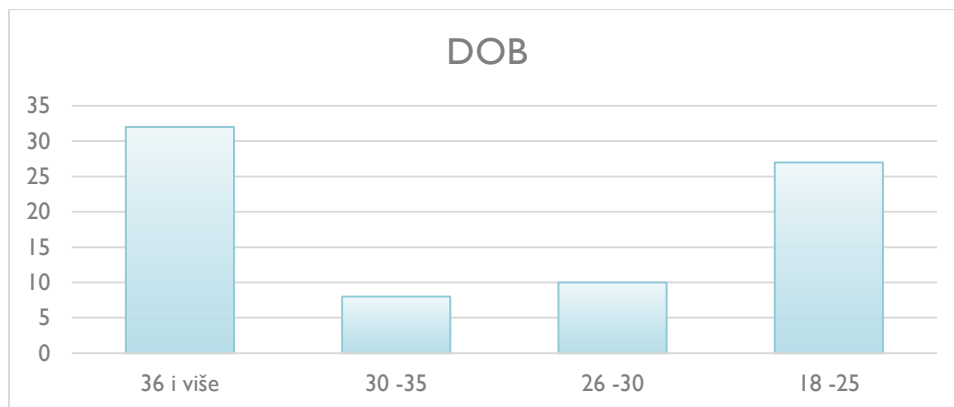
2.2. Metode i ispitanici

Istraživanje je provedeno online, putem Google forms anketnog upitnika. Istraživanje je trajalo kroz četiri tjedna, tijekom srpnja 2024. godine. Upitnik se sastojao od 22 pitanja. Odgovori su bili ocjenjivani po Likertovoj skali od 1 do 5 (1 – izrazito se ne slažem; 2 – ne slažem se; 3 – niti se slažem, niti se ne slažem; 4 – slažem se; 5 – izrazito se slažem). Jedan dio anketnih pitanja su ispitanici samostalno upisivali odgovore. U anketi je sudjelovalo 77 ispitanika, studenata sestrinstva s različitih Sveučilišta i Veleučilišta u Republici Hrvatskoj. Anketa je bila anonimna i dobrovoljna, ispitanicima je objašnjena svrha ankete, te da u svakom trenutku mogu odustati od rješavanja iste. U prvom dijelu anketnog upitnika, postavljena su sociodemografska pitanja (dob, spol, studij, radni status). U drugom dijelu ankete su bila pitanja, kojima se željelo prikupiti informacije o općem znanju i mišljenju studenata o bezreceptnim lijekovima. Posljednji dio anketnog upitnika se sastojao od pitanja kojima se željelo dobiti uvid u vlastita iskustva ispitanika o upotrebi bezreceptnih lijekova. Glavna istraživačka pitanja ove ankete su hoće li studenti sestrinstva biti više upućeni o bezreceptnim lijekovima, te smatraju li korištenje bezreceptnih lijekova dobrim izborom liječenja, odnosno samoliječenja.

2.3. Rezultati

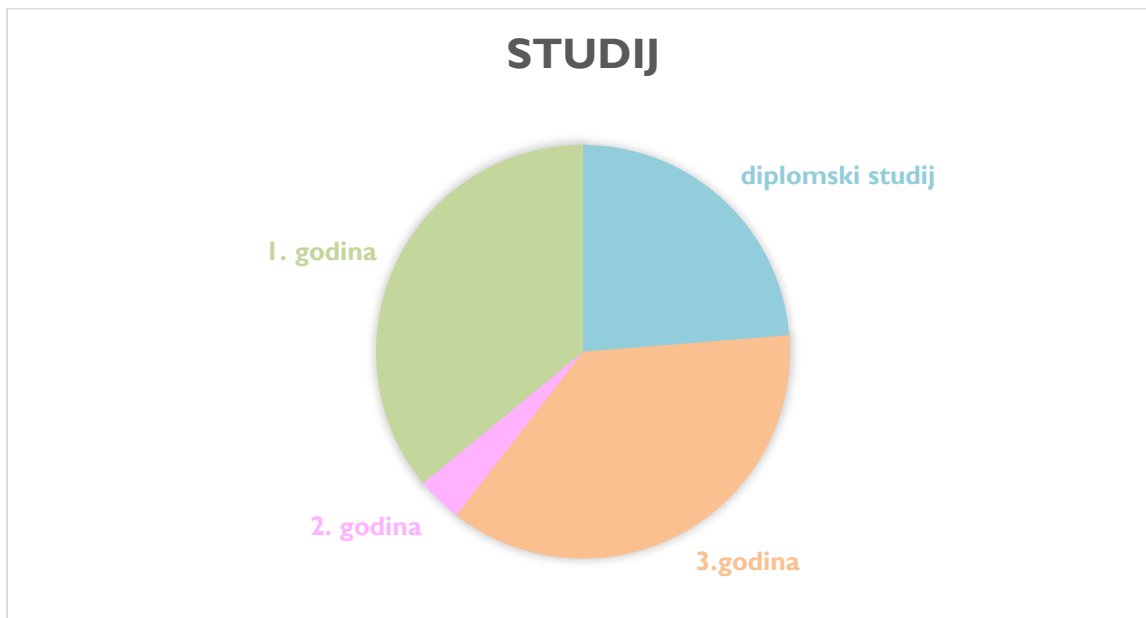
Od 77 ispitanika, 65 (84,4%) je ženskog spola, a 12 (15,6%) muškog spola.

41,6% (32 ispitanika) ima 36 ili više godina, 30-35 godina ima 10,4% (8) ispitanika, 26-30 godina ima 13% (10) ispitanika. A 35,1 % (27) ispitanih je od 18-25 godina, što je prikazano na Slici 2.3.1.



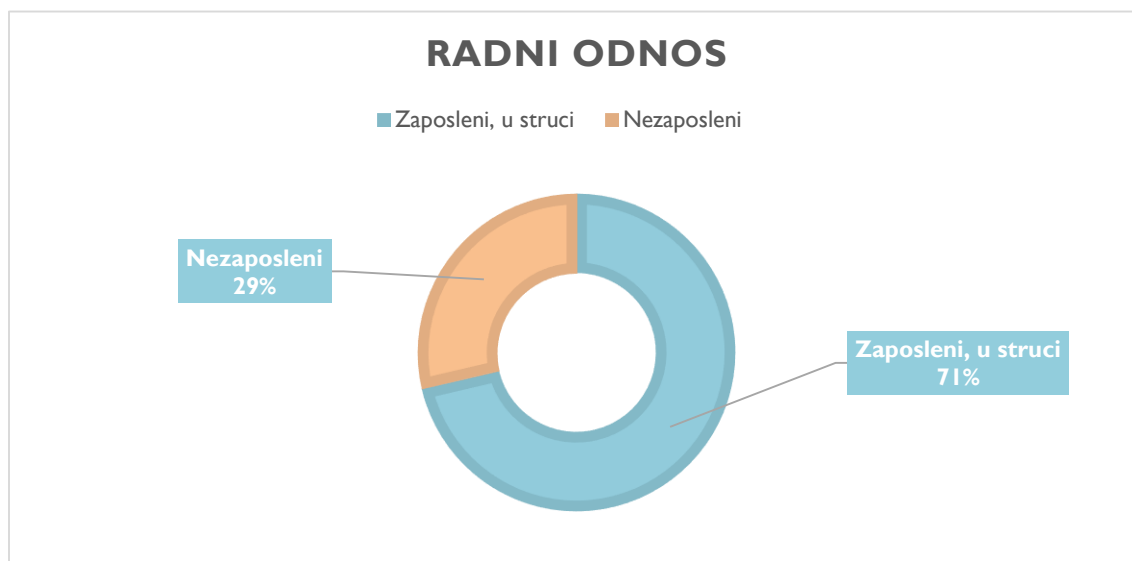
Slika 2.3.1. Dob ispitanika

Među ispitanicima prevladavaju studenati 3. godine studija 39,5% (31 ispitanika), zatim 1. godine studija 30,3% (23 ispitanika), te s diplomskih studija, 26,3% (20 ispitanika, 1. godina diplomskog studija), sa 2. godine samo 3,9% (3) ispitanika, što je prikazano na Slici 2.3.2.



Slika 2.3.2. Godina studija ispitanika

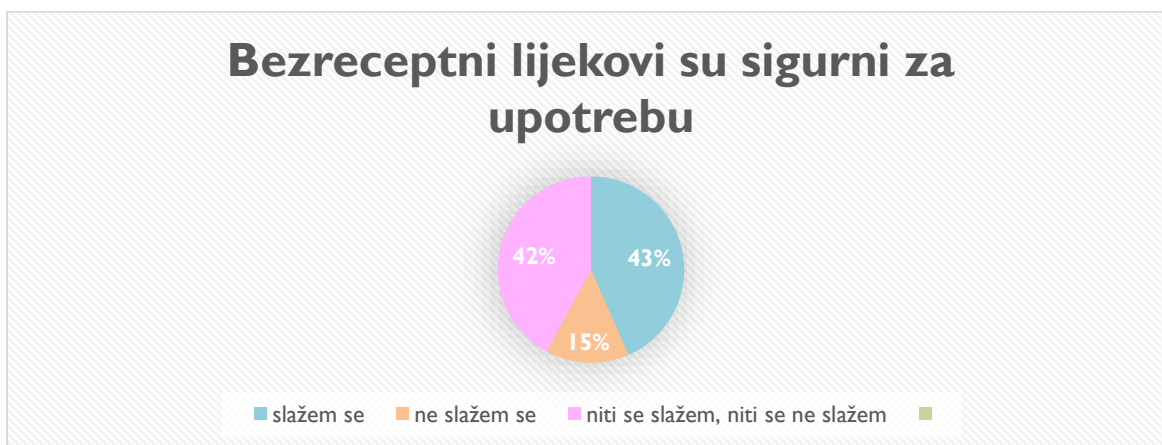
Zaposleni u struci prevladavaju među ispitanicima, njih 76,3% (59 ispitanika) , dok je njih 23,7 % (18) koji nisu u radnom odnosu u struci, što je prikazano na Slici 2.3.3.



Slika 2.3.3. Radni odnos ispitanika

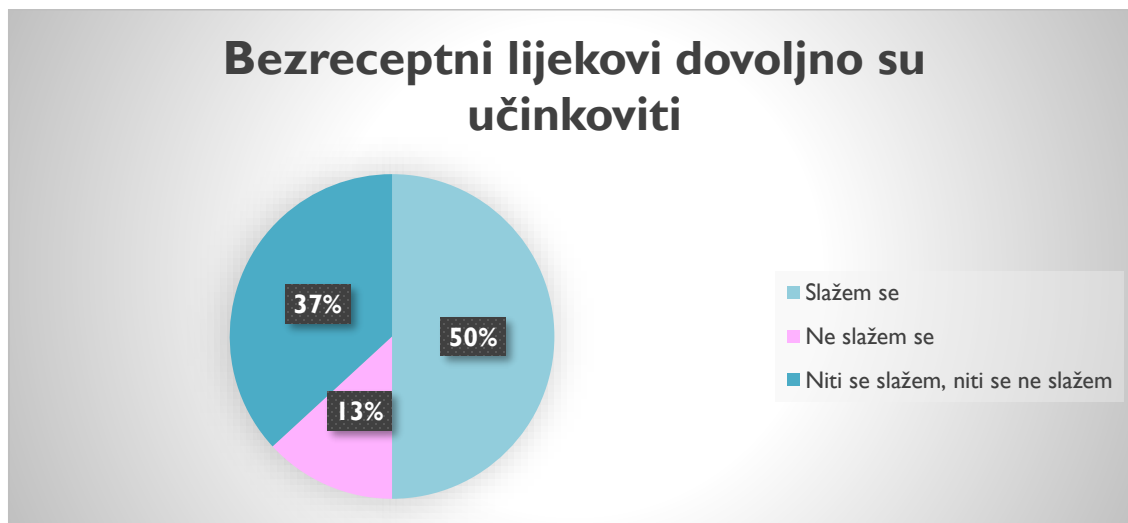
U anketi, nakon sociodemografskih podataka, postavljene su tvrdnje o općenitom znanju o bezreceptnim lijekovima, na koje su ispitanici, prema Likertovoj skali izražavali stupanj slaganja/ne slaganja. Ocjena 1 je označavala izrazito ne slaganje, a ocjena 5 izrazito slaganje.

Na tvrdnju da su bezreceptni lijekovi sigurni za upotrebu složilo se 33 (43,5%) ispitanika. Među neodlučnima je bilo 33 ispitanika, a 11 (14,4) njih se ne slaže s tom tvrdnjom, što je prikazano na Slici 2.3.4.



Slika 2.3.4. Sigurnost korištenja bezreceptnih lijekova

Da su bezreceptni lijekovi dovoljno učinkoviti slaže se 50 % ispitanika (38), 13,2% (10) se ne slaže s tom tvrdnjom, a 36,8 % (29) je neodlučno, što je prikazano na Slici 2.3.5.



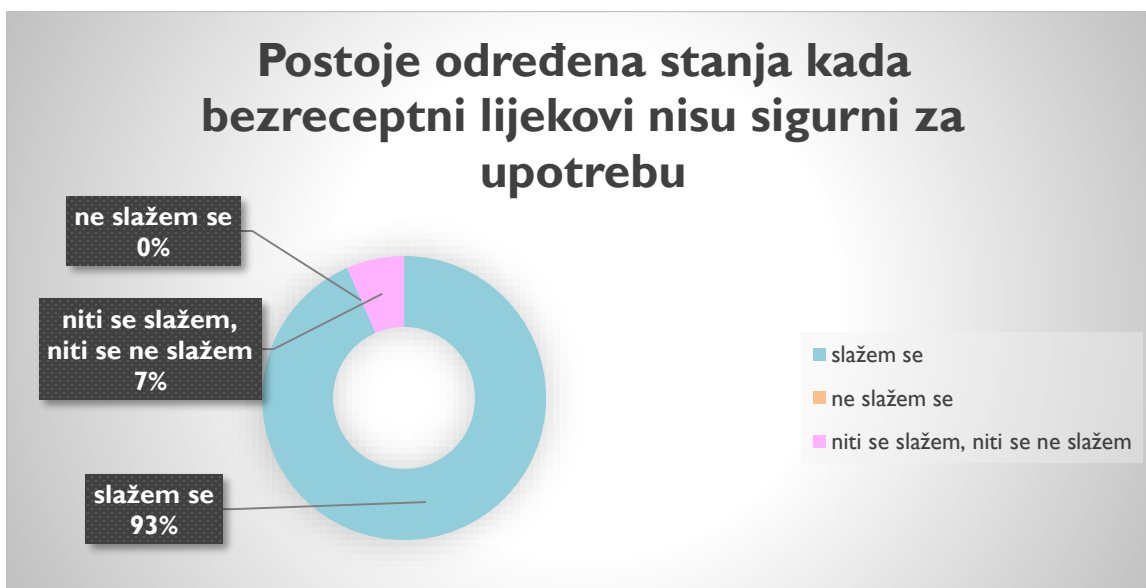
Slika 2.3.5. Učinkovitost bezreceptnih lijekova

Bezreceptni lijekovi mogu izazvati nuspojave, slaže se 51.3% (39), izrazito se slaže 36,8% (29) , a 11,8 % ispitanika (9) je neodlučno, što je prikazano na Slici 2.3.6.



2.3.6. Bezreceptni lijekovi i nuspojave

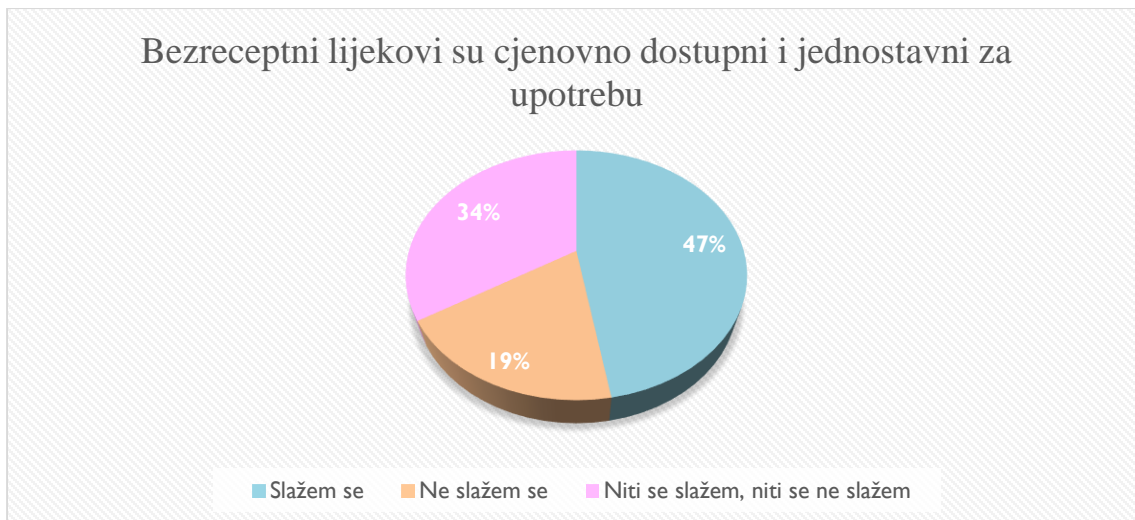
Mišljenje o tome da postoje određena stanja kada bezreceptni lijekovi nisu sigurni za upotrebu, složili su se gotovo svi ispitanici 93,5 %, (72) dok je 6,6 % (5) nije sigurno u tvrdnju, što je prikazano na Slici 2.3.7.



Slika 2.3.7. Bezreceptni lijekovi i sigurnost za upotrebu

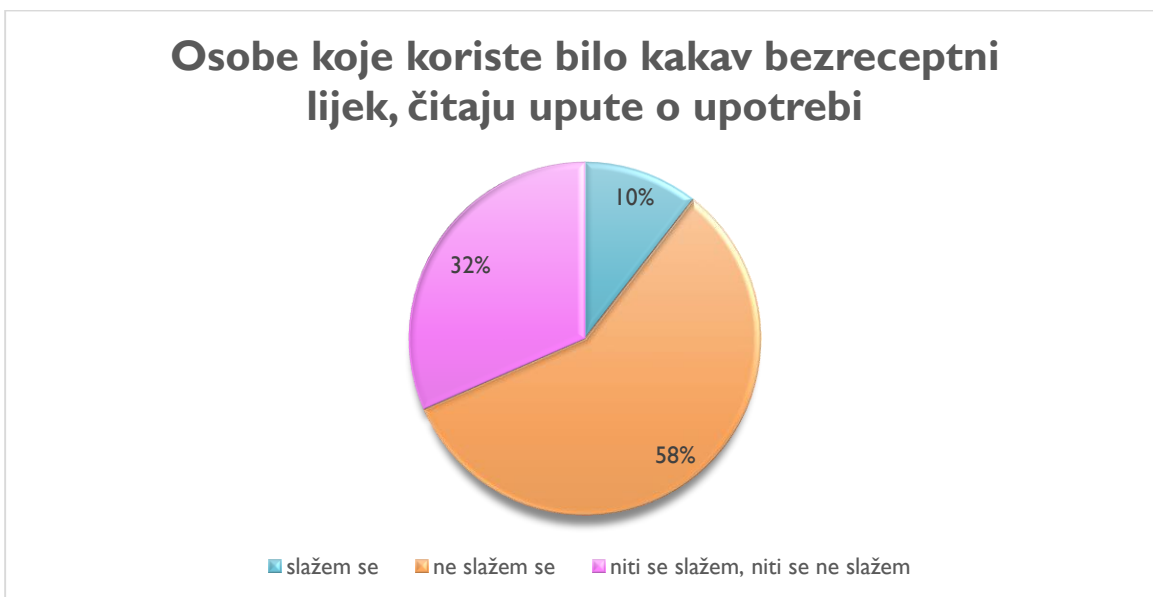
U postavljenoj anketi, ispitanici su zatim trebali navesti 3 – 5 bezreceptnih lijekova dostupnih u Hrvatskoj. Među tim lijekovima, bili su najčešće navedeni : Lupocet, Andol, Brufen, a zatim i ostali : Nurofen, Lordiar, Espumisan, Rinolan, Bronhostop, Bisolex, Persen, Nalgesin..

Da su bezreceptni lijekovi cjenovno dostupni i jednostavni za upotrebu, smatra 48, 7 % (38) ispitanika, 32,9 % (25) je neodlučno, a 18,4 % (14) se ne slaže s tom tvrdnjom, što je prikazano na Slici 2.3.8.



Slika 2.3.8. Bezreceptni lijekovi i cijene

Osobe koje koriste bilo kakav bezreceptni lijek, čitaju upute o upotrebi. S tom tvrdnjom se složilo samo 10,5 % ispitanika (8), većina se ne slaže 57,9 % (45), a 31,6 % (24) je neodlučno, što je prikazano na Slici 2.3.9.



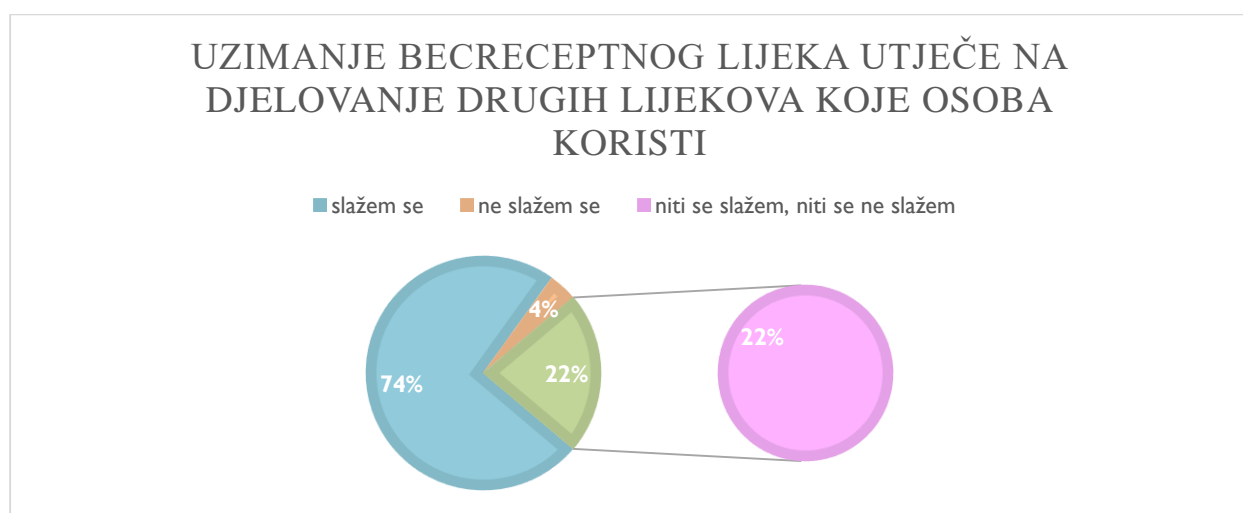
Slika 2.3.9. Čitanje uputstva za upotrebu kod bezreceptnih lijekova

Da je bezreceptni lijek sigurno uzeti po prvi puta, bez ikakvog savjetovanja stručne osobe, gotovo svi ispitanici smatraju da nije dobra odluka 85,5 % (66), dok je 11,8 % (9) neodlučno, a samo dva ispitanika se slažu sa tom tvrdnjom, što je prikazano na Slici 2.3.10.



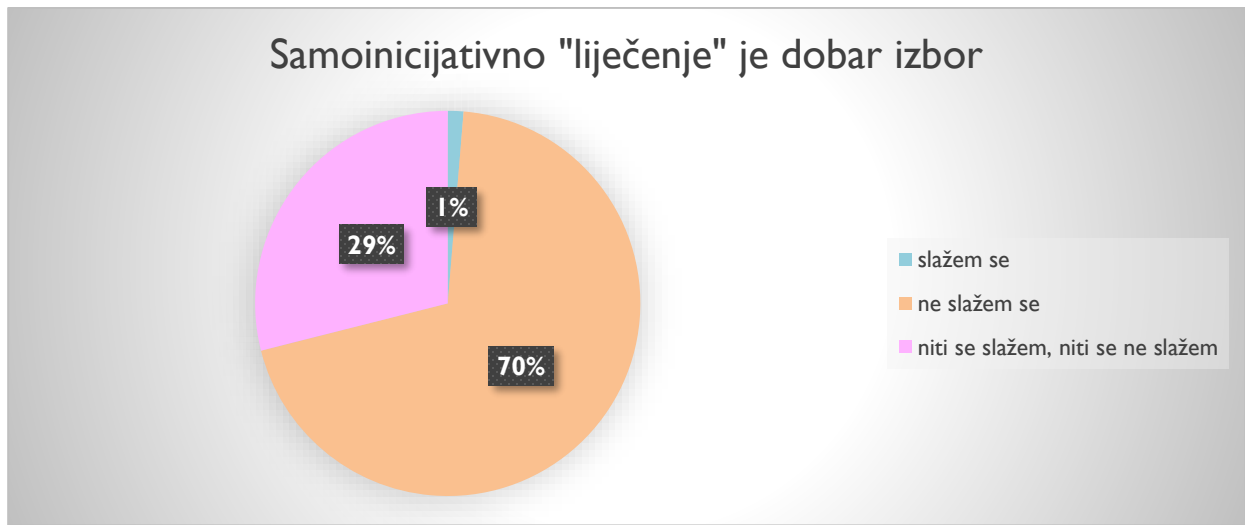
Slika 2.3.10. Sigurno uzimanje bezreceptnih lijekova

Tvrdnju da uzimanje bezreceptnog lijeka utječe na djelovanje drugih lijekova koje osoba koristi, smatra točnom 73,7 % (57) ispitanika, 22,4 % (17) je neodlučno, dok se 3,9 % (3) ispitanika se ne slaže, što je prikazano na Slici 2.3.11.



Slika 2.3.11. Interakcija bezreceptnih lijekova sa drugim lijekovima

Samoinicijativno „liječenje“ je dobar izbor. S tom tvrdnjom se slaže samo 1,3 % (1) ispitanika, dok se njih 69,7 % (54) ne slaže s tom tvrdnjom, a 28,9% (22) nije odlučno, što je prikazano na Slici 2.3.12.



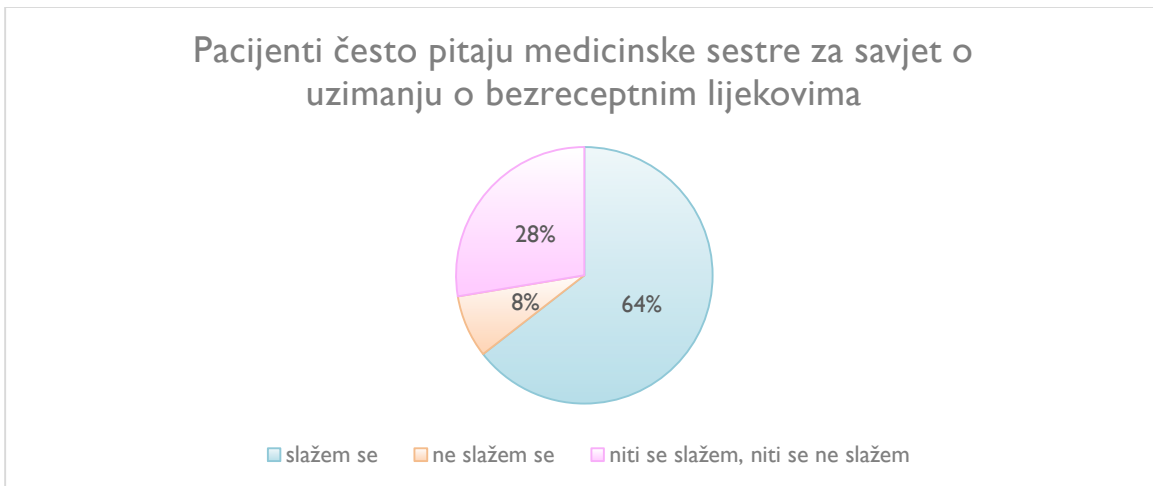
Slika 2.3.12. Samoinicijativno liječenje bezreceptnim lijekovima

Da medicinska sestra/tehničar može dati savjet o uzimanju bezreceptnih lijekova smatra 61,9 % ispitanika (48), 23,7 % (18) je neodlučno, a 14,4 % (11) se ne slaže s tom tvrdnjom, što je prikazano na Slici 2.3.13.



Slika 2.3.13. Savjetovanje medicinske sestre o bezreceptnim lijekovima

Pacijenti često pitaju medicinske sestre/tehničare za savjet o uzimanju bezreceptnih lijekova. Slaže se 64,5 % (49) ispitanika, neodlučnih je 27,6 % (21), a ne slaže se 7,9% (6) ispitanika, što je prikazano na Slici 2.3.14.



Slika 2.3.14. Pitanja pacijenata o bezreceptnim lijekovima

Slijedeća pitanja koja su postavljena ispitanicima, odnose se na vlastita iskustva o bezreceptnim lijekovima.

Na pitanje “Koliko često koristite neki bezreceptni lijek?“, 50% (38) ispitanika je odgovorilo da koriste nekoliko puta mjesečno, 35,5% (27) gotovo nikad, 9,2% (7) koristi neki lijek i nekoliko puta tjedno, a na dnevnoj bazi 5,3% (4), što je prikazano na Slici 2.3.15.



Slika 2.3.15. Učestalost korištenja bezreceptnih lijekova

Najčešći bezreceptni lijek koji ispitanik koristi: Brufen, Lupocet, Nalgesin, Neofen, Maxflu, Claritine, Biorella, Lekadol, Linex, Espumisan, Cafetin.

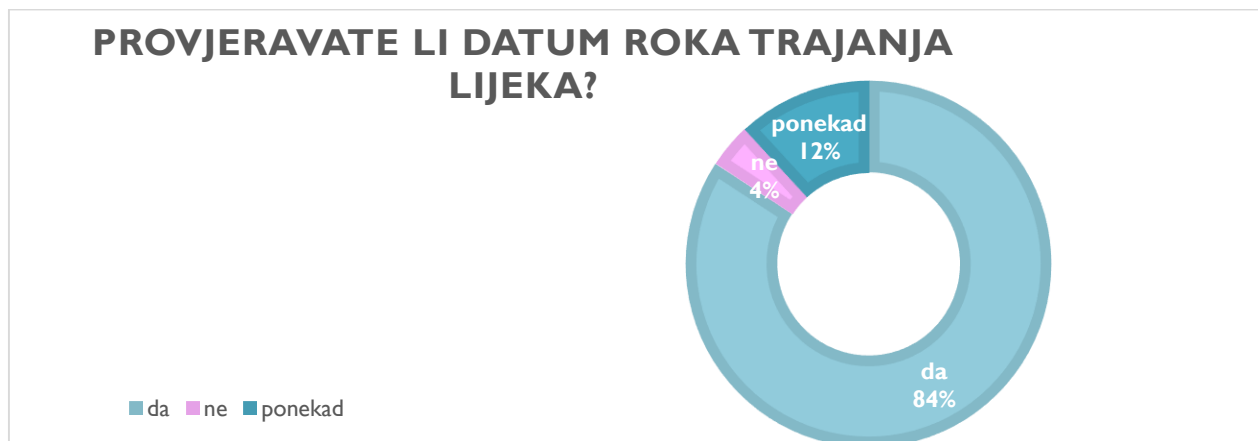
Da čitaju upute o lijeku, prije upotrebe, odgovorilo je potvrdno 68,8% (53), a da ne čita upute, izjasnilo se 31,2% (24) ispitanika, što je prikazano na Slici 2.3.16.



Slika 2.3.16. Čitanje uputa o uzimanju bezreceptnog lijeka

Zatim su ispitanici trebali navesti mjesto gdje pohranjuju bezreceptne lijekove, odgovori su bili: ormarić, ladica, hladnjak, posebna kutija, suho i tamno mjesto.

Provjeravanje datuma roka trajanja lijeka provodi 84,2% (64) ispitanika, ne provjerava datum roka trajanja 3,9% (3) ispitanika, a ponekad njih 11,8% (9), što je prikazano na Slici 2.3.17.



Slika 2.3.17. Provjeravanje roka trajanja lijeka

Posljednji upit je bio da ispitanici navedu za koje bolesti i tegobe najčešće uzimaju bezreceptni lijek. Odgovori su bili: glavobolja, povišena tjelesna temperatura, alergije, probavne smetnje, menstrualni bolovi i druga bolna stanja.

2.4. Rasprava

U istraživanju je sudjelovalo 77 ispitanika, većinom ženskog spola (85%). Najveći dio ispitanika, 41,6 % je dobi od 36 i više, zatim 35,1 % ispitanika je mlađe dobi od 18 – 25 godina. Također, većina ispitanika je zaposlena u struci, njih čak 76,6% (59 ispitanika). U toku istraživanja i praćenja ankete, gdje je proslijeđena, moglo se zaključiti da osobe koje su završile studij ili ga završavaju, te rade već neki određeni period u struci, imaju više znanja o bezreceptnim lijekovima, od mlađih osoba. Prema istraživanjima, čimbenici koji utječu na učestalost samoliječenja su prvenstveno dob, zatim stupanj obrazovanja, marketing proizvođača lijekova, zakonska regulativa koja zapravo regulira izdavanje i prodaju lijekova. Također, važan čimbenik su i financijska situacija, iskustvo s bolešću i /ili simptomima, ali i psihičke promjene, kao što su depresija i anksioznost mogu biti povezani sa samoliječenjem [25]. Bezreceptne lijekove sigurnim za upotrebu i dovoljno učinkovitim, smatra u prosjeku polovica ispitanika, a ostali su uglavnom neodlučni. Istraživanje o znanju i stavovima o bezreceptnim lijekovima iz 2019.godine provedeno u Etiopiji, među studentima medicine i farmacije, gdje se studenti na isto pitanje nisu složili, njih čak 67%. 30% se složilo s tvrdnjom da su sigurni i efikasni, dok je samo 3% učesnika bilo neodlučno. Međutim, u Etiopiji gotovo svaka ljekarna prodaje lijekove, među kojima se nalazi mnogo vrsta antibiotika, analgetika, te drugih protuupalnih lijekova. Dok je istovremeno narušen sustav primarne zdravstvene zaštite, a populacija nedovoljno informirana, što dovodi do velikog problema zdravlja populacije [26].

Iako se bezreceptni lijekovi smatraju sigurnim i učinkovitim za uporabu, te su vrlo lako dostupni, oni sa sobom nose i niz mogućih nuspojava. S tom izjavom (da mogu izazvati nuspojave) se složilo 68 (88,3%) ispitanika, a neodlučno je bilo njih 9 (11,7%). Također, važno je napomenuti da prema istraživanjima, ocjene sigurnosti korištenja bezreceptnih lijekova, nisu bile tako visoke, što može biti pokazatelj razumnog stava ispitanika, pri čemu potrošači znaju da se ova sredstva trebaju koristiti s oprezom, posebno ako su u pitanju mala djeca, trudnice, starije osobe, osobe koje koriste i druge lijekove propisane od strane liječnika i sl. Vrlo je važno da, između ostalog i medicinske sestre/ tehničari moraju razumjeti kako potencijalni korisnici gledaju na bezreceptne lijekove [27].

72 (93,5%) ispitanika se složilo sa izjavom da postoje određena stanja kada bezreceptni lijekovi nisu sigurni za upotrebu. Na slijedećem pitanju, ispitanici su trebali nabrojati 3- 5 bezreceptnih lijekova, dostupnih u Hrvatskoj. Svi ispitanici su znali navesti 3 ili više dostupna lijeka, a najčešće navedeni su

bili: Brufen, Paracetamol, te Andol. Među ostalima su bili navedeni: Neofen, Espumisan, Lekadol, Nalgesin, Caffetin. Između ostalih, bilo je i navedeno nekoliko lijekova koje se izdaju isključivo uz liječnički recept, kao što su: Voltaren, Zipantola, Dexomen, Normabel.

Da su bezreceptni lijekovi cjenovno dostupni i jednostavni za upotrebu, mišljenja su podijeljena 49,4 % (38 ispitanika) se slaže s tom izjavom, ipak manji broj ispitanika (14) 18,2% se ne slaže, dok je 32,5% (25 ispitanika) neodlučno. Mišljenja su također podijeljena kod pitanja da li ljudi koji koriste bilo koji bezreceptni lijek, čitaju upute o upotrebi, gdje je 58,5% (45) ispitanika izrazilo neslaganje s tom izjavom i smatra da ljudi ne čitaju priložene upute, koje dolaze uz sam lijek. Tek 10,4 % (8) smatra da osobe ipak pročitaju uputstva prije same upotrebe lijeka. 31,2% ispitanika (24) je neodlučno.

Provedeno je istraživanje u kojoj mjeri potrošači čitaju informacije o lijeku, te uputstva za upotrebu. Rezultati pokazuju da potrošači često bacaju pakiranje nakon upotrebe lijeka, te da se vrlo rijetko obrate liječniku kako bi razjasnili eventualne nejasnoće. Uočene su i razlike u ponašanju čitanja u dobi, spolu i statusu potrošača [28]. Bezreceptni lijek je sigurno uzeti po prvi puta, bez ikakvog savjetovanja stručne osobe slaže se 2,6% (2) ispitanika, neodlučno je 11,7% (9), a ne slaže se 85,7% (66) ispitanika. Istraživanje provedeno u 23 javne ljekarne diljem države Washington gdje su studenti farmacije savjetovali 745 potrošača koji su namjeravali kupiti nekakav OTC proizvod, samo savjetovanje je u prosjeku trajalo 4-6 minuta, a rezultiralo time da je 42,6% potrošača promijenilo svoju namjeravanu kupnju, 8% nije kupilo ništa, a 4% je upućeno liječniku [29]. Također, 2624 pacijenta su ispunila anketu ,pri čemu je zabilježeno da je 53,8% pacijenata bilo oslobođeno plaćanja lijekova, 55,1% je redovito uzimalo propisane lijekove, a 24,6% je potvrdilo da redovito koristi bezreceptne lijekove. Postojali su pozitivni stavovi prema liječnicima koji su ispitivali pacijente o prethodnom korištenju OTC lijekova, kao i prema liječnicima koji su davali preporuke za neki bezreceptni lijek tijekom konzultacija. Ali, pacijenti su izrazili prilično negativne stavove prema farmaceutima koji prodaju generičke zamjene [30].

Da uzimanje bezreceptnog lijeka utječe na djelovanje drugih lijekova koje osoba koristi, slaže se 80,5% (57) ispitanika, 22,1% (18) je neodlučno. Poželjno bi bilo, savjesno i odgovorno da svaka osoba daje informacije liječnicima o korištenju svih lijekova koje koristi. Slijedeće pitanje je svakako privuklo pažnju, a to je pitanje o samoinicijativnom „liječenju“ gdje samo jedna osoba smatra da je to dobar izbor za pojedinca, 70,2% (54) se ne slaže s tom tvrdnjom, 28,6% (22) ispitanika je neodlučno.

Očekuje se da će globalni zdravstveni sustav doživjeti značajne promjene u nadolazećim desetljećima, kako bi ostao ekonomski održiv, a samozbrinjavanje i samoliječenje će postati važni za pokretanje tih promjena. Raspravlja se o potencijalnim financijskim uštedama prelaska s liječničke skrbi na samozbrinjavanje, te uložiti farmaceuta koji su u idealnom položaju za pružanje zdravstvenih savjeta, da izdaju recepte, educiraju potrošače o važnosti zdravog načina života, preporučuju bezreceptne lijekove i po potrebi upućuju na posjete liječniku. Samoliječenje i samozbrinjavanje opisano je kao postojanje u kontinuumu s isključivo samoiniciranim aktivnostima kao što su preventivni izbori zdravog načina života, s jedne strane, a s druge strane liječenje akutnih, lakših bolesti i simptoma, te održavanja kroničnih stanja. Učinkovitost brige o sebi zahtjeva aktivnu suradnju između potrošača/pacijenata i zdravstvenih radnika, gdje je vrlo bitna dobra informiranost potrošača i komunikacijske vještine zdravstvenih radnika. Iako javnost podržava koncept samoliječenja, malo je onih koji su uvjereni da mogu učinkovito upravljati vlastitim zdravljem [31].

Na pitanje koliko često koriste bezreceptne lijekove, njih čak 60 % je odgovorilo da koristi nekoliko puta mjesečno ili tjedno, na dnevnoj bazi 5,2% (4), a gotovo nikad 35,1% (27). Najčešći razlog korištenja nekog bezreceptnog lijeka, ispitanici su naveli bol (glavobolja, zubobolja, menstrualne tegobe, bolovi lokomotornog sustava i sl.) , a zatim povišena tjelesna temperatura, probavne tegobe, alergijske simptome. Što se tiče pohranjivanja lijekova u kući, ispitanici su naveli mjesta koja su prihvatljiva za čuvanje lijekova kao što su ladice, zatvoreni ormarići, uglavnom tamna, suha mjesta, izvan dohvata djece, ali i ovisno o tome što piše na uputi (npr. neke lijekove je potrebno čuvati u hladnjaku). Upute za upotrebu prije uzimanja bezreceptnog lijeka pročitao 68,8% (53) ispitanika, a 31,2% (24) uzima lijek bez čitanja ikakvih uputstava. Vrlo je važno shvatiti da su i bezreceptni lijekovi povezani s raznim nuspojavama, što je zapravo i navedeno u uputama o lijeku koje su priložene uz isti, međutim mnogo je zapravo ljudi kojima su i te upute teško razumljive. Kao reprezentativni primjer, povezan uz lijek bez recepta je uočena hipermagnezijemija zbog pretjerane upotrebe antacida kod 76-godišnje žene. U drugom slučaju je došlo do hiperkalemije i akutne bolesti bubrega povezane s korištenjem ibuprofena kod 77-godišnjeg muškarca. Očito je da ovi primjeri predstavljaju problem starijih osoba s rizikom od nuspojave lijekova, neki od njih su i potvrdili da im je bilo teško razumjeti upute, a nisu ni potražili liječničku pomoć u vezi istog. Stoga je važno da sve oznake proizvoda budu čitljive i razumljive laiku, te da se potiče potražiti pomoć kod bilo kakvih nejasnoća. Na primjer, Ibuprofen upute o lijeku sadrže obilje informacija sitnim slovima raspoređenim na 5 stranica. Velikim

istaknutim slovima je naznačeno da je to lijek koji se koristi za ublažavanje boli i reguliranje povišene tjelesne temperature. Međutim, druge važne informacije su raspoređene u pododjeljke, ispisane sitnim slovima na maloj površini, kao što su upozorenja kada se lijek nebi trebao koristiti, upute da se posavjetuje s liječnikom ili ljekarnikom, kada je potrebno prekinuti s uzimanjem lijeka i kada zatražiti liječničku pomoć. S obzirom da su najčešće nuspojave bezreceptnih lijekova povezane s gastrointestinalnim krvarenjem, oštećenjem bubrega, hiperkalijemije, kardiovaskularnih rizika, jako je važno da svaki pojedinac savjesno i odgovorno pristupi pri uzimanju takvih lijekova [32].

2.5. Zaključak istraživanja

Ovim istraživanjem studenti sestrinstva su pokazali da su dobro upoznati s bezreceptnim lijekovima. Anketu je ispunilo 77 osoba, od kojih je gotovo polovica starija od 36 godina, samim time i pri kraju studija, sa već dužim radnim medicinskim iskustvom. Dio ispitanika, manja polovica je mlađe dobi (18 – 25), sa nešto kraćim radnim iskustvom ili bez iskustva rada u struci. Praćenjem distribucije ankete, može se zaključiti da su ipak osobe koje posjeduju više radnog iskustva, a samim time su se zasigurno više i susretale s bezreceptnim lijekovima, te stekla više iskustva u korištenju istih, te posjeduju vrlo dobro znanje o bezreceptnim lijekovima, nego studenti koji su bez radnog, a možda i vlastitog iskustva s bezreceptnim lijekovima. Svi ispitanici su znali navesti određen broj lijekova koji se u Republici Hrvatskoj mogu kupiti bez recepta, ali i same uvjete korištenja, njihovog pohranjivanja i čuvanja. Na pitanje da li smatraju da je „samoliječenje“ dobar izbor za pojedinca, složila se samo jedna osoba, veći dio je neodlučan ili smatra da to ipak nije dobra opcija. Što se može zaključiti da ispitanici smatraju kako javnost ipak nije dovoljno informirana i educirana o nekim mogućnostima samopomoći, samozbrinjavanja i samoliječenja. Iako, svatko od nas je sigurno u životu koristio nekakav bezreceptni lijek, u slučaju glavobolje ili povišene temperature, no ako se već radi o nekim kroničnim stanjima, težim simptomima, potrebno se posavjetovati sa stručnom osobom. Isto tako, iako nije potreban liječnički recept za određen lijek, ne znači i da je potpuno siguran, te da se u nekim slučajevima ipak treba posavjetovati sa stručnom osobom, kao što je liječnik ili farmaceut. Međutim, razgovarajući s ljudima, među kojima su i medicinske sestre/ tehničari o temi ovog završnog rada, mogu zaključiti da često dolazi i do navođenja raznih dodataka prehrani (npr. vitamini, minerali,

lijekovito bilje..) među bezreceptne lijekove. Dodaci prehrani svakako doprinose zdravlju, oni su izvor hranjivih sastojaka, kojima se nadopunjuje prehrana tvarima, koje se putem normalnog unosa hrane u organizam ne dobivaju u dovoljnoj količini. Također, razlika je u tome što su dodaci prehrani regulirani Zakonom o hrani, te Pravilnikom o dodacima prehrani. Dok bezreceptni lijekovi spadaju pod nadležnost Agencije za lijekove i medicinske proizvode i oni su namijenjeni liječenju ili sprječavanju bolesti ili simptoma bolesti.

3. Zaključak

Bezreceptni lijekovi nam omogućuju da samostalno uklonimo simptome ili stanja koja ne zahtijevaju nužno liječnički nadzor. Smatram da su bezreceptni sigurni za upotrebu, te imaju pozitivan utjecaj na sveukupan zdravstveni sustav, što je prema nekim istraživanjima i cilj u budućnosti medicine. Upotreba ovih lijekova potiče nas prvenstveno na dobru komunikaciju sa liječnikom, farmaceutom, povećava svjesnost i brigu o vlastitom zdravlju, potiče nas na edukaciju o očuvanju vlastitog zdravlja, zdravlja obitelji, ali i cijele zajednice. S druge strane, postoje i nedostaci upotrebe bezreceptnih lijekova, kada može doći do pogrešne samodijagnoze, neželjene interakcije s drugim lijekovima, pogrešnog uzimanja lijeka i sl. Zbog toga je svakako potrebno što više poticati edukaciju pacijenata, poticati brigu o vlastitom zdravlju, prepoznavanju simptoma, prepoznavanju komplikacija, razvijati dobru suradnju s medicinskim osobljem, ne ustručavati se potražiti pomoć kada smo nesigurni. U ovom istraživačkom radu, skupina ljudi na koju se odnosilo istraživanje, studenti sestinstva, većina njih su već i djelatnici medicinske struke, za koje smatram da trebaju posjedovati vrlo dobro znanje o bezreceptnim lijekovima, kratkim anketnim upitnikom su i potvrdili tu pretpostavku. Ali svakodnevnim razvojem medicinske struke, novim metodama liječenja, novim lijekovima, terapijama, raznim pripravcima i dr., potrebno je razvijati i svoje znanje, kako bi bili u mogućnosti to znanje prenijeti i na druge.

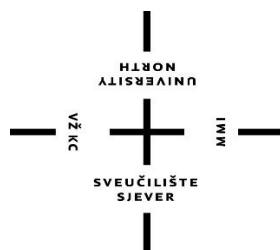
Literatura

- [1] <https://www.halmed.hr/Lijekovi/Informacije-o-lijekovima/Bezreceptni-OTC-lijekovi/>, Agencija za lijekove i medicinske proizvode. Dostupno 2024.
- [2] J. Sirois, and F. Stefanie, OTC combination products in pharmacistassisted self-care. *Pharmacy Today*, br.19, 01.lipanj 2013, str. 49 - 53.
- [3] E. Sánchez-Sánchez; F. L. Fernández-Cerezo; J. Díaz-Jimenez; M. Rosety-Rodriguez; A. J. Díaz; F. J. Ordonez; M. A. Rosety; I. Rosety. Consumption of over-the-Counter Drugs: Prevalence and Type of Drugs. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, br. 18, 21. svibanj 2021, broj članka 5530.
- [4] V. S. Conn, Self-Management of Over-the-Counter Medications by Older Adults. *Public Health Nursing*, br. 9, ožujak 1992, str. 29 - 36.
- [5] N. Nakhla and J. Taylor, Self-care and minor ailments: The view from Canada, *Exploratory Research in Clinical and Social Pharmacy*, br. 13, ožujak 2024. broj članka 100412.
- [6] U. May, C. Bauer, A. Schneider-Ziebe, C. Giulini-Limbach. "Self-care with non-prescription medicines to improve health care access and quality of life in low- and middle-income countries: systematic review and methodological approach", *Frontiers in public health*, br. 11, 13. rujan 2023, broj članka 1220984.
- [7] T. Bertsche, J. M. Alexa, C. Eickhoff and M. Schulz, Self-care and self-medication as central components of healthcare in Germany—on the way to evidence-based pharmacy, *Exploratory Research in Clinical and Social Pharmacy*, br. 9, ožujak 2023, broj članka 100257.
- [8] I. Ray, M. Bardhan, M.M. Hasan, A. M. Sahito, E. Khan, S. Patel, I. Jani, P.K. Bhatt, R. Sp, S. Swed. Over the counter drugs and self-medication: A worldwide paranoia and a troublesome situation in India during the COVID-19 pandemic, *Annals of Medicine and Surgery*, br. 78, lipanj 2022, broj članka 103797.

- [9] M. Vrcić Keglević, D. Nelken-Bestvina, Ž. Vojvodić. STRUČNI RADOVI: Petnaest najčešćih bezreceptnih lijekova koje uzimaju bolesnici: longitudinalna studija utemeljena na rutinski prikupljenim podacima *Medicina familiaris Croatica*, br. 24, 05. svibanj 2016, str. 30 - 41.
- [10] World Health Organization. Regional Office for South-East Asia. Self-care in the context of primary health care, Report of the Regional Consultation in Bangkok, Thailand, 7-9. siječanj 2009.
- [11] D. Grebenar, E. Nham, R. Likic; Factors influencing pharmacists' over-the-counter drug recommendations, *Postgraduate Medical Journal*, br. 96, ožujak 2020, članak 1133, str. 144 - 148.
- [12] J.G. Taylor, S. Ayosanmi, S.S. Sansgiry. Consumer Impressions of the Safety and Effectiveness of OTC Medicines, *Pharmacy (Basel)*, br. 11, 10. ožujak 2023, broj članka 51.
- [13] B. Frøkjær, T. Bolvig, N. Griese-Mammen, H. Herborg, C. Rossing. Prevalence of drug-related problems in self-medication in Danish community pharmacies, *Innovations in pharmacy*, br. 3, 01. siječanj 2012. broj članka 95.
- [14] U. Junius-Walker, G. Theile, E. Hummers-Pradier. Prevalence and predictors of polypharmacy among older primary care patients in Germany, *Family Practice*, br. 24, veljača 2007, str. 14 - 19.
- [15] <https://www.bemedwise.org/minimize-medicine-risks/minimize-medicine-risks-lower-the-risks-of-side-effects/>, BeMedWise Program at NeedyMeds. Dostupno 24.10.2024.
- [16] A. Hoffer, M.D., Ph.D., Side Effects of Over-the-Counter Drugs, *Journal of Orthomolecular Medicine*, br.18, rujan 2003, str. 168 - 172.
- [17] A. Unlu, O. Kirca, M. Ozdogan, E. Nayır. High-dose vitamin C and cancer, *Journal of Oncological Science*, br. 1, siječanj 2016, str. 10 - 12.
- [18] J. C. McCrae, E. E. Morrison, I. M. MacIntyre, J. W. Dear, and D. J. Webb. Long-term adverse effects of paracetamol, *British Journal of Clinical Pharmacology*, br. 84, 04. lipanj 2018, str. 2218 - 2230.

- [19] S. Siddharth, K. Patel, H. S. Gambhir. Oxymetazoline-Induced Asthma, *American Journal of Therapeutics*, br. 25, 01. kolovoz 2017, str. 681 - 682.
- [20] H. Cho, J. U. Shin, S. Jin, K. Hyeon, J. Ho, J. Lee; Bisacodyl Induced Severe Rectal Ulcer with Proctitis; *The Ewha Medical Journal*, br. 40, 31. siječanj 2017, str. 50 - 54.
- [21] G. K. Schwalfenberg, N-Acetylcysteine: A Review of Clinical Usefulness (an Old Drug with New Tricks), *Journal of Nutrition and Metabolism*, broj članka 9949453, 10. lipanj 2021.
- [22] J. Klas, N. Kluz, K. Piwowar: Xylometazoline and oxymetazoline - unusual effects of everyday drugs, *Journal of Education, Health and Sport*, Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu, br. 11, 18. rujan 2021, str. 272 - 281.
- [23] Y. Henrotin, A. Mobasher, M. Marty. Is there any scientific evidence for the use of glucosamine in the management of human osteoarthritis?, *Arthritis Research and Therapy*, br. 14, 30. siječanj 2012, broj članka 201.
- [24] L. A. C. da Silva, M. C. do Nascimento, T. R. S. de Oliveira.; Assessing risks and adverse effects of naphazoline hydrochloride: a literature review (2013-2023), *Scientific Electronic Archives*, br. 17, 29. veljače 2024, str. 81 - 86.
- [25] H. James, S.S. Handu, K. Al Khaja, S. Otoom, R.P. Sequeira; Evaluation of the Knowledge, Attitude and Practice of Self-Medication among First-Year Medical Students, *Medical Principles and Practice*, br 15, 12. lipanj 2006, str. 270 - 275.
- [26] K. M. Bekele, A. M. Abay, K. A. Mengistu, B. W. Atsbeha, C. A. Demeke, W. S. Belay, D. K. Yimenu. 'Knowledge, Attitude, and Practice on Over-the-Counter Drugs Among Pharmacy and Medical Students: A Facility-Based Cross-Sectional Study', *Integrated Pharmacy Research and Practice*, br. 9, 15. rujan 2020, str. 135 - 146.
- [27] J. G. Taylor, S. Ayosanmi, S. S. Sansgiry, Consumer Impressions of the Safety and Effectiveness of OTC Medicines, *Pharmacy*, br. 11, 10. ožujak 2023, broj članka 51.

- [28] D. B. Cheatham, M. S. Wogalter. Reported Likelihood of Reading Over-the-Counter (OTC) Medication Labeling and Contacting a Physician, Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting, br. 46, 1. rujna 2002, (16), str. 1452-1456.
- [29] D.A. Sclar, L. M. Robison, T. L. Skaer, Pharmacy consultation and over-the-counter medication purchasing outcomes, Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics, br. 21, 28. lipanj 1996, str. 177-184.
- [30] C. P. Bradley, A. Riaz, R. S. Tobias, J. E. Kenkre, D. Y. Dassu., Patient attitudes to over-the-counter drugs and possible professional responses to self-medication., Family Practice, br. 15, 01. veljače 1998, str. 44 - 50.
- [31] J. Bell, G. Dziekan, C. Pollack. Self-Care in the Twenty First Century: A Vital Role for the Pharmacist, Advances in Therapy, br. 33, 17. kolovoz 2016, str. 1691 - 1703.
- [32] H. Trivedi, A. Trivedi, M. F. Hannan, Readability and comprehensibility of over-the-counter medication labels, Renal Failure, br. 36, 23. siječanj 2014, str. 473 - 477.



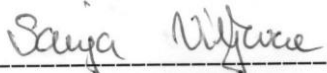
Sveučilište Sjever

IZJAVA O AUTORSTVU

Završni/diplomski/specijalistički rad isključivo je autorsko djelo studenta koji je isti izradio te student odgovara za istinitost, izvornost i ispravnost teksta rada. U radu se ne smiju koristiti dijelovi tuđih radova (knjiga, članaka, doktorskih disertacija, magistarskih radova, izvora s interneta, i drugih izvora) bez navođenja izvora i autora navedenih radova. Svi dijelovi tuđih radova moraju biti pravilno navedeni i citirani. Dijelovi tuđih radova koji nisu pravilno citirani, smatraju se plagijatom, odnosno nezakonitim prisvajanjem tuđeg znanstvenog ili stručnoga rada. Sukladno navedenom studenti su dužni potpisati izjavu o autorstvu rada.

Ja, SANJA VIJEVAC (ime i prezime) pod punom moralnom, materijalnom i kaznenom odgovornošću, izjavljujem da sam isključivi autor/ica završnog/diplomskog/specijalističkog (obrisati nepotrebno) rada pod naslovom STAVOVI STUDENATA SES. O BEZRECEPTNIK HJERONIMA (upisati naslov) te da u navedenom radu nisu na nedozvoljeni način (bez pravilnog citiranja) korišteni dijelovi tuđih radova.

Student/ica:



(vlastoručni potpis)

Sukladno članku 58., 59. i 61. Zakona o visokom obrazovanju i znanstvenoj djelatnosti završne/diplomske/specijalističke radove sveučilišta su dužna objaviti u roku od 30 dana od dana obrane na nacionalnom repozitoriju odnosno repozitoriju visokog učilišta.

Sukladno članku 111. Zakona o autorskom pravu i srodnim pravima student se ne može protiviti da se njegov završni rad stvoren na bilo kojem studiju na visokom učilištu učini dostupnim javnosti na odgovarajućoj javnoj mrežnoj bazi sveučilišne knjižnice, knjižnice sastavnice sveučilišta, knjižnice veleučilišta ili visoke škole i/ili na javnoj mrežnoj bazi završnih radova Nacionalne i sveučilišne knjižnice, sukladno zakonu kojim se uređuje umjetnička djelatnost i visoko obrazovanje.

Popis slika:

Slika 2.3.1. Dob ispitanika.....	10
Slika 2.3.2. Godina studija ispitanika.....	10
Slika 2.3.3. Radni odnos ispitanika.....	11
Slika 2.3.4. Sigurnost korištenja bezreceptnih lijekova.....	11
Slika 2.3.5. Učinkovitost bezreceptnih lijekova.....	12
Slika 2.3.6. Bezreceptni lijekovi i nuspojave.....	12
Slika 2.3.7. Bezreceptni lijekovi i sigurnost za upotrebu.....	13
Slika 2.3.8. Bezreceptni lijekovi i cijene.....	13
Slika 2.3.9. Čitanje uputstva za upotrebu bezreceptnih lijekova.....	14
Slika 2.3.10. Sigurno uzimanje bezreceptnih lijekova.....	14
Slika 2.3.11. Interakcije bezreceptnih lijekova sa drugim lijekovima.....	15
Slika 2.3.12. Samoinicijativno liječenje bezreceptnim lijekovima.....	15
Slika 2.3.13. Savjetovanje medicinske sestre o bezreceptnim lijekovima.....	16
Slika 2.3.14. Pitanja pacijenata o bezreceptnim lijekovima.....	16
Slika 2.3.15. Učestalost korištenja bezreceptnih lijekova.....	17
Slika 2.3.16. Čitanje uputa o uzimanju bezreceptnih lijekova.....	17
Slika 2.3.17. Provjeravanje roka trajanja lijeka.....	18

Prilog:

ANKETNI UPITNIK

Sociodemografska pitanja:

1. Spol?
2. Dob?
3. Studij?
4. Radni odnos?

Pitanja o općenitom znanju o bezreceptnim lijekovima:

5. Bezreceptni lijekovi sigurni su za upotrebu.
6. Bezreceptni lijekovi dovoljno su učinkoviti.
7. Bezreceptni lijekovi mogu izazvati nuspojave.
8. Postoje određena stanja kada bezreceptni lijekovi nisu sigurni za upotrebu.
9. Zna li nabrojati 3-5 bezreceptnih lijekova dostupnih u Hrvatskoj? Ako da, navedite koje.

Pitanja o mišljenju i stavovima o bezreceptnim lijekovima:

10. Bezreceptni lijekovi su cjenovno dostupni i jednostavni za upotrebu.
11. Ljudi koji koriste bezreceptni lijek, čitaju upute o upotrebi.
12. Bezreceptni lijek je sigurno uzeti, po prvi puta, bez ikakvog savjetovanja stručne osobe (liječnika, farmaceuta).
13. Uzimanje bezreceptnog lijeka utječe na djelovanje drugih lijekova koje osoba koristi.
14. Samoinicijativno „liječenje“ je dobar izbor.
15. Medicinska sestra/tehničar može dati savjet o uzimanju bezreceptnih lijekova.
16. Pacijenti pitaju medicinske sestre/tehničare za savjet o uzimanju bezreceptnih lijekova.

Pitanja o iskustvu o bezreceptnim lijekovima:

17. Koliko često uzimate bezreceptne lijekove?
18. Navedite 3 bezreceptna lijeka koja najčešće koristite.
19. Pročitajte li upute za upotrebu prije uzimanja bezreceptnog lijeka?
20. Gdje čuvate bezreceptne lijekove?

21. Provjeravate li datum roka trajanja?

22. Za koje bolesti i tegobe najčešće uzimate neki bezreceptni lijek?

