

Podsumowanie akcji „Zentiva – zmieniamy przyzwyczajenia” w zakresie chorób alergicznych

Koordinator – ekspert akcji

Dr n. med.
Piotr Rapiejko

Członek Zarządu Głównego PTA
Przewodniczący Sekcji
Laryngologicznej PTA
Członek Naczelnej Rady
Lekarskiej

Rapiejko P.: Podsumowanie akcji „Zentiva - zmieniamy przyzwyczajenia”
w zakresie chorób alergicznych. Alergia 4/2010, str.13



„Zentiva– zmieniamy przyzwyczajenia” to ogólnopolski program informacyjno-edukacyjny, który ma na celu zmianę złych nawyków zdrowotnych polskiego społeczeństwa. Ma on na celu poprawę świadomości wiedzy Polaków m.in. w zakresie chorób alergicznych.

Ostatnie lata przyniosły niezmiernie ciekawe obserwacje z zakresu epidemiologii chorób alergicznych w Polsce. W badaniu ECAP (Epidemiologia Chorób Alergicznych w Polsce) zakończonym w 2008 roku, w oparciu o analizę statystyczną, oceniono iż częstość alergicznego nieżytu nosa dotyczy jednej czwartej, objawy astmy – ponad 16%, a dodatnie testy skórne z alergenami wziewnymi – ponad 40% polskiej populacji.

Leki przeciwhistaminowe stanowią podstawowy element terapii schorzeń alergicznych, takich jak alergiczny nieżyt nosa, alergiczne zapalenie spojówek i przewlekła idiopatyczna pokrzywka. Jednocześnie świadomość o zagrożeniach związanych z nieleczonymi lub niewłaściwie leczonymi schorzeniami alergicznymi jest w społeczeństwie a także w samej grupie chorych stosunkowo niska. Stąd też obserwowane jest w tej grupie chorych duża popularność niekonwencjonalnych metod diagnostycznych i terapeutycznych, które nie znajdują uzasadnienia naukowego.

Kierując się holistycznym podejściem do pacjenta, program „Zentiva – zmieniamy przyzwyczajenia” ma na celu:

- **Przygotowanie i rozpowszechnianie zestawienia najważniejszych nieprawidłowych zachowań zdrowotnych Polaków w postaci tzw. „Indeksu**

- złych nawyków”;
- **Zmianę stereotypów i złych przyzwyczajzeń pacjentów;**
- **Przekazanie chorym i ich rodzinom kompleksowej wiedzy na temat schorzeń alergicznych;**
- **W ramach profilaktyki i poprawy jakości życia pacjentów, wskazywanie zależności między objawami a chorobą.**

Indeks złych nawyków

- **lekceważenie objawów choroby alergicznej, takich jak np. katar, kichanie, suchość i (lub) świąd skóry, łzawienie, zaczerwienienie spojówek, przewlekły kaszel**
- **niestosowanie się do zaleceń lekarskich: przerywanie terapii po ustąpieniu objawów, samodzielna modyfikacja leczenia, pozostawienie źródła alergenu w otoczeniu chorego**
- **unikanie wizyt u lekarza, czego konsekwencją jest brak wiedzy na temat procesów zapalnych toczących się w organizmie podczas ekspozycji na alergeny, brak wiedzy o działaniu i technice podawania leków donosowych i dooskrzelowych**
- **samodzielne, okresowe stosowanie leków bez konsultacji z lekarzem**
- **czynne, ale także bierne palenie tytoniu**

Co trzeci Polak w momencie kiedy odczuwa pierwsze objawy choroby, zamiast zgłosić się do lekarza pierwszego kontaktu lub lekarza specjalisty, zachowuje się pasywnie: albo nic nie robi, albo leczy się „na własną rękę”. Ocenia się, że aż 1/3 chorych decyduje się na konsultację dopiero kiedy leczenie „na własną rękę” – lekami dostępnymi bez recepty i „domowymi metodami” itp. nie daje efektów¹.

Blisko 1/3 chorych stosuje się do zaleceń lekarza, wykorzystuje tylko części przepisanego opakowania leku lub stosuje tylko wybrane z przepisanych leków.

Przyczyną z powodu której chorzy przerywają leczenie jest najczęściej

- **złe samopoczucie po jego zażyciu (w przypadku części leków przeciwhistaminowych jest to przede wszystkim uczucie sennosci),**
- **jedynie chwilowo odczuwana poprawa, co powoduje, że pacjent uznaje się na wyleczonego.**

Co najmniej 20% chorych samodzielnie, bez konsultacji z lekarzem modyfikuje zaleconą terapię.

Nieprzestrzeganie zaleceń terapeutycznych prowadzi do zmniejszenia skuteczności leczenia i zwiększa ryzyko powikłań. W konsekwencji wpływa to na wzrost zapotrzebowania na porady lekarskie, konieczność wykonania dodatkowych badań diagnostycznych i stosowania dodatkowych leków a także na wzrost liczby hospitalizacji.

W ramach programu „Zentiva – zmieniamy przyzwyczajenia”, w 2010 roku, odbyły się liczne konsultacje przeprowadzane przez lekarzy alergologów. „Dni Dobrych Nawyków” umożliwiły bezpłatne spotkanie ze specjalistą, do którego zwykle pacjent ma utrudniony dostęp. W ramach wszystkich akcji lekarze przekazywali pacjentom poradnik edukacyjny zawierający informacje na temat złych nawyków w zakresie chorób alergicznych górnych dróg oddechowych. O terminach konsultacji, ich miejscu oraz zasadach programu można było dowiedzieć się więcej śledząc informacje na stronie internetowej www.zmieniamyprzyzwyczajenia.pl. W ramach „Dni Dobrych Nawyków” pacjenci najczęściej zgłaszali się z dolegliwościami takimi jak: alergiczny nieżyt nosa i spojówek,

nieżyt trąbek słuchowych, zapalenie zatok przynosowych. Pytali także o to, w jaki sposób mają odróżnić alergię od zwykłego sezonowego przeziębienia.

Z konsultacji alergologicznych, w ramach „Dni Dobrych Nawyków”, w zakresie chorób alergicznych górnych dróg oddechowych w 2010 roku skorzystało ok. 700 pacjentów, łącznie odbyło się ponad ok. 100 godzin konsultacji.



Badanie opinii publicznej „Polacy o nawykach zdrowotnych” zostało przeprowadzone w dniach 20 – 24 listopada 2008 r. przez ośrodek badawczy TNS OBOP, na ogólnopolskiej, reprezentatywnej, wybranej losowo próbie 1005 mieszkańców Polski, w wieku 15 i więcej lat. Badanie zrealizowano na zlecenie firmy Zentiva w ramach prowadzonego programu na rzecz zmiany złych nawyków polskiego społeczeństwa „Zentiva – zmieniamy przyzwyczajenia”.

[Zamknij](#)

[Drukuj](#)