

מסתבר שחולים נוטים שלא לספר הכל לרופאים שלהם. לא כל החולים כמובן... אבל הרבה מהם. בכתבה מתוך ה <http://woman.webmd.com> שהתפרסמה ביום, 20.8.10, רוכזו 8 הנושאים המרכזיים שחולים נוטים שלא לספר לרופאים שלהם, למרות שיכולה להיות להם השפעה על הבריאות שלהם, ועל הטיפול הרפואי והתרופתי בהם. להלן סיכום הכתבה מטובל בדוגמאות שאספתי במשך שנות עבודתי כרוקחת ויועצת.

מדוע הם לא מספרים??

- כי לפעמים זה מביך ולא נוח (אם יש בעיות ביחסי מין... או אם סובלים מ"יציאות" מרובות או מעצירת שתן).
- כי הם לא חושבים שהבעיות שהם מרגישים וחווים, הם חלק מהסיבות שלשמן הגיעו לרופא באופן שגרתי (מה הקשר בין המתח שהחולה מרגיש לבין הכולסטרול הגבוה שלשמו הגיע לביקור שגרתי לרופא?).
- כי הם לא חושבים שמה שקורה להם או מה שהם עושים בזמנם הפנוי קשור לבריאותם... ראו סוד מספר 8 בהמשך.

ומהם 8 הסודות הגדולים?

1. OTC – תכשירים ללא מרשם - חולים לא תמיד משתפים את הרופאים שלהם בכך שהם רוכשים ומשתמשים בתכשירים ללא מרשם, בצמחי מרפא ו/או תוספי מזון שהנטורופתית המליצה להם. הם לא מעלים בדעתם שהתכשיר נגד דלקת וכאבים שהם קבלו מהרופא, הוא בדיוק מאותה משפחה כמו האדוויל ודומיו שהם קנו ללא מרשם. הם לא יודעים שביחד תכשירים כאלה מגבירים את הסיכון לתופעות לוואי במערכת העכול, הכליות וכו'.

2. SEX - את ההסטוריה של חיי המין שלהם – אישה שנמצאת בסיכון נמוך לחטוף מחלה שעוברת ביחסי מין יכולה לבצע בדיקת SMEARS PUP פעם בשלוש שנים. הסיכון עולה ככל שיש יותר פרטנרים. דוגמא אחרת: גבר שסובל מאין אונות יכול להשתפר ע"י שינוי מינון או החלפת טיפול תרופתי ולפעמים ע"י תוספת תרופה. אבל אם לא מגלה לרופא שלו... כיצד יידע?

3. כמה אתם מעשנים, שותים אלכוהול, או משתמשים בסמים – רופא צריך לדעת זאת כדי להזמין, או לבצע בדיקות מתאימות ולאבחן נכון. לדוגמא: צריך לבדוק תפקודי כבד, או לחשווד בפגיעה במערכת העיכול אם אתה משתמש באלכוהול או נוטל סמים (חוקיים או לא זה לא מעניינו הרפואי של הרופא).

4. אם אתם מתוחים, מדוכאים או נתונים לאלימות – הרופא יכול להפנות ליועץ מתאים, או לשנות טיפול תרופתי, אם הטיפול התרופתי אחראי למצב, להוסיף או להוריד תרופה.

5. **שינוי מהוראות הרופא** – אם אינך לוקח את התרופה כפי שהרופא רשם, כדאי שתעדכן אותו, כי הוא יכול לטעות ולחשוב שהתרופה לא עובדת, ולהגדיל את המינון שלה. או לחשוך בתופעות לוואי ולהוריד את המינון, או להחליף אותה וחבל...

6. **אם אינכם יכול לישון** – דווחו לרופא שלכם על בעיות שינה, והאם הקושי הינו בהרדמות או משך השינה. חוסר יכולת לישון יכול לנבוע מסיבות שונות באורח החיים שלך, אך גם מבעיות רפואיות שניתנות לפתרון (לדוגמא כאב) או מתופעות לוואי של תרופות.

7. על כך **שהאנרגיות שלכם נמוכות** לעתים קרובות – עייפות היא פקטור במחלות רבות, למרות שאנשים יכולים לחשוב שזה מצב חולף. אנרגיות נמוכות יכולות לנבוע מדיאטה דלה, מאנמיה ממחלות וכן... גם מתרופות.

8. **מהם התחביבים שלכם** – חולים לא מעלים בדעתם שתחביב, או עסוק צדדי שלהם, יכול לפגוע בבריאותם. דוגמא שלי (ס"ל) – חולה סכרת שעסק בשיווק רשתי ומכר (וגם קנה וגם השתמש) במיץ מפרי ברזילאי שתכולת הסוכר בו בלתי ידועה, שלא בידיעת רופאו. הוא לא היה מאוזן, למרות הטפול התרופתי שלו.

כל האמור לעיל נכון גם כאשר אתם רוכשים תרופות בבית המרקחת.

שתפו את הרוקח בכל הנושאים שלמעלה, במקרה הזה דווקא כל המוסיף אינו גורע, אלא מאפשר טיפול טוב יותר, ואיתור בעיות שנובעות מתרופות מוקדם יותר!

לייעוץ תרופתי אישי ע"י רוקחת קלינית צור קשר עכשיו דרך האתר שלנו: WWW.MYPHARMA.CIST.CO.IL

מספרים באינטרנט - מסתירים מהרופא - פורסם ב"כמוני" 28.4.11

את הידיעה המקורית תמצאו ב:

<http://women.webmd.com/features/talking-with-your-doctor-what-to-say?page=3>

סימה לבני

מנהלת המרכז לייעוץ תרופתי אישי

www.mypharmacist.co.il