



Nella stagione estiva le alte temperature, l'elevato tasso di umidità e la maggiore intensità dei raggi ultravioletti possono incidere sull'integrità, l'efficacia e la sicurezza dei farmaci e quindi sui loro effetti sull'organismo. L'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA) ti suggerisce alcuni accorgimenti che contribuiranno a farti trascorrere un'estate serena, al riparo da spiacevoli inconvenienti.

Un paio di regole per iniziare...

1. Non assumere un farmaco che ti sembra abbia un aspetto diverso dal solito o che presenti dei difetti (presenza di particelle solide in sospensione o sul fondo, cambio di colore o odore, modifica di consistenza), senza aver consultato il tuo medico o il farmacista.
Tieni comunque presente che non sempre l'aspetto, l'odore o il colore rivelano se si è verificata un'alterazione, per cui è fondamentale conservare sempre in modo corretto il farmaco.
2. Nel caso di un farmaco presente in diverse forme farmaceutiche e in assenza di specifiche controindicazioni (ad esempio la difficoltà di deglutizione) preferisci le formulazioni solide. Le formulazioni liquide sono in genere maggiormente sensibili alle alte temperature.

Conservare i farmaci in Estate

1. Il foglio illustrativo del farmaco indica le modalità di conservazione corrette. Qualora queste non siano specificate, conserva il medicinale in luogo fresco e asciutto a una temperatura inferiore ai 25°.

2. Se esponi i medicinali per un tempo esiguo (una o due giornate) a temperature superiori a 25° non ne pregiudichi la qualità, ma per un tempo più lungo ne riduci considerevolmente la data di scadenza.

Se invece la temperatura di conservazione è specificatamente indicata, non rispettarla potrebbe addirittura renderli dannosi per la salute. Ciò è particolarmente importante per alcuni farmaci di emergenza che includono:

antibiotici

farmaci adrenergici

insulina

analgesici sedativi

3. Se soffri di una patologia cronica come il diabete o di una malattia cardiaca, un'alterazione di una dose di un farmaco fondamentale, come l'insulina o la nitroglicerina, può essere rischiosa. Presta particolare attenzione anche con gli antiepilettici e gli anticoagulanti. Piccole modificazioni in farmaci come questi possono fare una grande differenza per la tua salute. Alcune alterazioni che potrebbero verificarsi in antibiotici e/o aspirina potrebbero causare danni ai reni o allo stomaco.

4. Se utilizzi farmaci spray, non esporli al sole o a temperature elevate e utilizza contenitori termici per il trasporto.

5. Non conservare in luoghi umidi o eccessivamente caldi le strisce per test diagnostici, come ad esempio quelle utilizzate per verificare i livelli di zucchero nel sangue, per la gravidanza o l'ovulazione, poiché sono estremamente sensibili all'umidità.

6. I farmaci per la tiroide, i contraccettivi e altri medicinali che contengono ormoni sono particolarmente sensibili alle variazioni termiche.

Conservali in ambienti freschi e a temperatura costante.