

Ocena efektów samoleczenia się polskich studentów lekami o statusie dostępności OTC

Daniel Trojnicki^{A,B,C,D,E,F}, Klaudia Arciszewska^{B,C,D,E,F}, Mateusz Dobosz^{B,C,D,E,F}

ORCID: 0009-0006-7103-1201 ORCID: 0009-0009-5099-6313 ORCID: 0009-0006-2407-7522

Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny im. Kazimierza Pułaskiego w Radomiu, Radom

A – koncepcja i projekt badań, B – gromadzenie danych, C – analiza i interpretacja danych, D – pisanie artykułu, E – krytyczna korekta artykułu, F – ostateczne zatwierdzenie artykułu

DOI: 10.26399/rmp.v29.1.2023.5/d.trojnicki/k.arciszewska/m.dobosz

STRESZCZENIE

Ocena efektów samoleczenia się polskich studentów lekami o statusie dostępności OTC

Trojnicki D.^{A,B,C,D,E,F}, Arciszewska K.^{B,C,D,E,F}, Dobosz M.^{B,C,D,E,F}

Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny im. Kazimierza Pułaskiego w Radomiu, Radom

Review of Medical Practice, 2023; Vol. XXIX, No. 1

Leki OTC to produkty lecznicze wydawane bez recepty lekarskiej. Umożliwiają one samoleczenie bez konieczności interwencji lekarza. Przyjmowane zgodnie z wytycznymi są na ogół bezpieczne i efektywne. Jednak nieodpowiednie ich stosowanie może być poważnym zagrożeniem zarówno dla życia, jak i dla zdrowia. Celem pracy jest ocena efektów samoleczenia się polskich studentów lekami o statusie dostępności OTC.

Przeprowadzono badanie ankietowe za pomocą platformy Google Forms. Wzięło w nim udział 207 studentów z 69 uczelni wyższych. 99% respondentów zadeklarowało stosowanie leków bez recepty w ciągu ostatniego roku, z czego 53,6% przyznało się do ich przyjmowania kilka razy w miesiącu lub częściej. 77,3% ankietowanych deklarowało, że zazwyczaj zapoznaje się z ulotką leku przed jego zastosowaniem. Powodem zażywania leków OTC były w głównej mierze bóle (kolejno: menstruacyjne, głowy, kręgosłupa). Najczęściej stosowane były leki przeciwbólowe/przeciwzapalne, witaminy i minerały. 97% badanych oceniło skuteczność efektów terapeutycznych na poziomie 60% lub wyższym. Spośród ankietowanych 68% wskazało, że nigdy nie doświadczyło skutków ubocznych po zażyciu leków OTC. 1,5% respondentów stwierdziło, że wystąpiły u nich skutki uboczne wymagające konsultacji ambulatoryjnej.

Z przeprowadzonego badania ankietowego wynika, że leki OTC są powszechnie przyjmowane przez polskich studentów, z których większość jest zadowolona z efektów ich stosowania. Ponadto skutki uboczne działania tych leków nie występują często, a konsultacja lekarska w przypadku ich pojawienia się jest potrzebna bardzo rzadko.

Słowa kluczowe: leki OTC, studenci, samoleczenie

Termin „leki OTC” (*over the counter drugs*) oznacza dosłownie „leki przekazywane nad ladą”. Odnosi się on do wszystkich leków, które zgodnie z prawem można

SUMMARY

Evaluation of the effects of self-medication with OTC drugs among Polish students

Trojnicki D.^{A,B,C,D,E,F}, Arciszewska K.^{B,C,D,E,F}, Dobosz M.^{B,C,D,E,F}

Faculty of Medical and Health Sciences, University Technological and Humanities them. Casimir Pulaski in Radom, Radom

Review of Medical Practice, 2023; Vol. XXIX, No. 1

OTC drugs (*over the counter drugs*) are drugs available without a doctor's prescription. They allow easy access to self-treatment without the need for medical intervention. When taken in accordance with the guidelines, they are generally safe and effective. However, their improper use can pose a serious threat to both life and health.

The aim of the study was to assess the effects of self-medication with OTC medicaments among students in Poland.

A survey was conducted using the Google Forms platform.

207 students from 69 universities took part in the study. 99% of respondents declared use of OTC drugs in the last year, of which 53.6% admitted to using them several times a month or more often. 77.3% of the respondents declared that they usually read the leaflet before using it. Their use was mainly caused by pain (menstrual, head, spine). Analgesics, anti-inflammatory drugs and vitamins, minerals were the most commonly used. 97% of the respondents assessed the effectiveness of therapeutic effects at a subjective level of 60% or higher. Among the respondents, 68% indicated that they had never experienced side effects after taking OTC drugs. 1.5% of respondents indicated that they experienced side effects requiring outpatient consultation.

The survey shows that OTC drugs are widely used among students, most of whom are satisfied with the effects of their use. In addition, the occurrence of side effects after taking over-the-counter medications is not common, and the need for an ambulatory consultation in the event of their occurrence is very rare.

Key words: OTC drugs, students, self-medication

kupić bez recepty lekarskiej. W Polsce kwestie związane z lekami OTC reguluje Ustawa z dnia 6 września 2001 r. – Prawo farmaceutyczne. Aby produkt leczniczy

mógł być dostępny bez recepty, konieczne jest odpowiednie przypisanie mu kategorii dostępności. Wspomniana ustawa wyróżnia pięć kategorii dostępności. Jedną z nich to „[produkty lecznicze] wydawane bez przepisu lekarza – OTC” [1]. O tym zaś, do jakiej kategorii należy zaliczyć konkretny lek, mówi *Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 października 2010 r. w sprawie wykazu produktów leczniczych, które mogą być dopuszczone do obrotu w placówkach obrotu pozaaptecznego i punktach aptecznych* [2]. Aby lek mógł otrzymać status OTC, nie może powodować zagrożenia dla zdrowia i życia przy prawidłowym jego zastosowaniu. Nie może także zawierać środków odurzających czy substancji psychotropowych, które mogą uzależniać. Dodatkowo, w okresie przyjmowania takiego leku, nie może występować konieczność nadzorowania pacjenta.

Inne zawarte w rozporządzeniu wymagania dotyczące leku to:

1. jego niska toksyczność ogólna,
2. brak szkodliwego działania na funkcje rozrodcze i rozwój potencjalnego potomstwa,
3. brak właściwości mutagennych i rakotwórczych,
4. niewywoływanie poważnych działań niepożądanych oraz niebezpiecznych interakcji.

Od wielu lat lista leków dostępnych bez recepty jest poszerzana. Zwiększa się także popularność tych produktów medycznych – a co za tym idzie – ich konsumpcja. Wzrost ten wynika z bardzo łatwego do nich dostępu oraz ich skuteczności w leczeniu powszechnych, nietrudnych do zdiagnozowania przez pacjenta dolegliwości. Produkty te są dla pacjentów dużym ułatwieniem w leczeniu, gdyż do ich zakupu nie jest wymagana konsultacja lekarska. Dają one chorym możliwość samodzielnego radzenia sobie z podstawowymi, łatwymi do samodiagnozy, jednostkami chorobowymi [3,5,6].

Leki te, odpowiednio przyjmowane, mogą ułatwiać pacjentom samoleczenie – na przykład poprzez zmniejszenie dolegliwości bólowych, obniżenie gorączki lub złagodzenie kaszlu. Niewłaściwie stosowane mogą mieć jednak negatywny wpływ na organizm i powodować wiele działań niepożądanych [3,4,5]. Produkty lecznicze o statusie OTC wykorzystuje się w wielu różnych przypadkach. Leki przeciwbólowe i przeciwzapalne – najczęściej przy objawach grypopodobnych. Dodatkowo stosuje się także leki przeciwkaszlowe lub wykrztuśne. Ziołowe suplementy diety, jak np. *Eleutherococcus senticosus*, *Withania somnifera*, *Ginkgo biloba*, mogą być przyjmowane w okresach wymagających wyjątkowo wysiłku intelektualnego, np. podczas nauki. Suplementy diety i kompleksy witaminowe dostępne bez recepty stosuje się w celu przejściowego zapobiegania hipowitaminozom jako dodatkowy składnik diety. Przewlekłe zażywanie leków OTC może

prowadzić do nadużyć i pojawienia się efektów niepożądanych, które mogą zagrażać życiu lub zdrowiu. Często jest to również spowodowane błędną samodiagnozą pacjenta. Problemem jest także niewystarczająca wiedza społeczeństwa na temat przyjmowanych leków OTC. Pacjenci często nie czytają ulotek ani zaleceń dotyczących stosowania tych produktów bądź nie są pewni, czy używają odpowiednich preparatów. Dodatkowo – jak wynika z badania – zażywanie substancji o charakterze leczniczym nierzadko jest efektem nieprzemysłanej decyzji [5,7,8,9].

Przyjmowanie leków bez recepty można zaobserwować we wszystkich grupach wiekowych i społecznych. Dużo częściej są one jednak zażywane przez pacjentów mających niż ubogich. Częstość ich stosowania zmniejsza się najczęściej z wiekiem – zwłaszcza wśród kobiet, młodzieży z nieformalnym wykształceniem oraz osób mających niską i średnią pozycję społeczno-ekonomiczną, mieszkających na obszarach miejskich [9].

CEL PRACY

Celem pracy jest ocena efektów samoleczenia się polskich studentów lekami o statusie dostępności OTC.

MATERIAŁ I METODY

Wykorzystane aplikacje

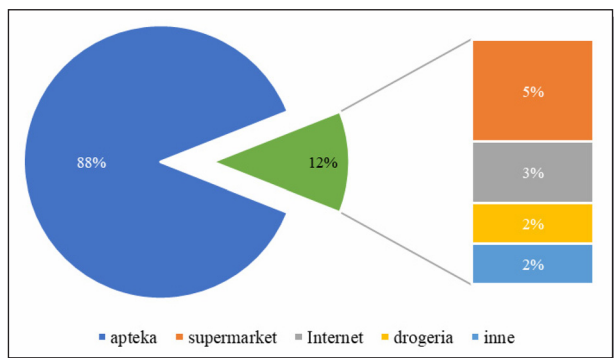
Badanie ankietowe przeprowadzono z wykorzystaniem platformy Google Forms za pomocą autorskiego kwestionariusza. Respondenci udzielali odpowiedzi zdalnie w sposób anonimowy, uniemożliwiający ich późniejszą identyfikację. Ankieta w przeważającej części składała się z pytań zamkniętych jednokrotnego wyboru. Wyjątkiem były cztery pytania otwarte dotyczące: roku urodzenia, wysokości ciała, masy ciała oraz nazwy uniwersytetu, na którym kształcił się respondent w chwili wypełniania kwestionariusza. Pytania zamknięte dotyczyły: płci badanych, kierunku oraz trybu ich studiów, miejsca zamieszkania w zakresie liczby mieszkańców, występujących dolegliwości, sposobu radzenia sobie z nimi, stosowania leków o statusie dostępności OTC w ciągu ostatniego roku, częstości ich zażywania, ich rodzaju, źródła wiedzy na ich temat, miejsca zaopatrywania się w nie, oceny efektów leczenia się tymi lekami w skali pięciostopniowej, czytania ulotek. Wyniki zostały zliczone i przekalkulowane za pomocą programu Microsoft Excel oraz usługi Arkusze Google.

Procedury

Odpowiedzi zbierano od 11 kwietnia do 11 maja 2021 r. Przyjęto podział na następujące grupy kierunków studiów: ekonomiczne, humanistyczne, medyczne, przyrodnicze, informatyczne, techniczne oraz inne.

Uczestnicy

W badaniu wzięło udział 207 studentów z 69 uczelni wyższych. Przedział wiekowy jego uczestników wynosił 18-46 lat. Kobiety stanowiły 69%, a mężczyźni 31% wszystkich ankietowanych. Średni wiek respondentów to 23 lata. 35,3% ankietowanych zamieszkiwało miasta powyżej 100 tys. mieszkańców, 29,5% – miasta poniżej 100 tys. mieszkańców, a 34,3% – mniejsze aglomeracje. Najwięcej, bo aż 36,7% badanych zadeklarowało, że studiuje na kierunku zaliczanym do nauk medycznych. 23,2% respondentów było studentami kierunków humanistycznych. Spośród pozostałych uczestników 14,5% studiowało na kierunkach informatycznych, 7,7% – na kierunkach ekonomicznych, 5,3% – na kierunkach przyrodniczych, 5,3% – na kierunkach technicznych, a 7,2% – na innych. W chwili przeprowadzania badania 88,9% respondentów uczyło się w trybie stacjonarnym, natomiast reszta kształciła się w trybie niestacjonarnym. Wśród ankietowanych zdecydowana większość, czyli 88%, zadeklarowała, że w leki o statusie dostępności OTC zaopatruje się w apteczkę; 5% osób jako miejsce zakupu podało supermarket; 3% – Internet; a 2% – drogerię (ryc. 1). Głównymi źródłami informacji na temat leków wydawanych bez recepty byli dla respondentów: znajomi i rodzina (55,2%), reklamy telewizyjne (14,8%) oraz reklamy internetowe (11,9%).



Rycina 1. Miejsce zaopatrywania się przez ankietowanych w leki o statusie dostępności OTC

Źródło: Opracowanie własne.

WYNIKI

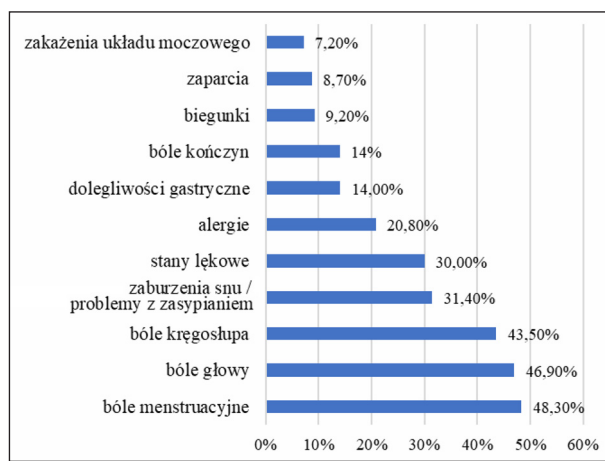
Stosowanie leków o statusie dostępności OTC

99% respondentów zadeklarowało, że stosowało leki bez recepty w ciągu ostatniego roku z czego aż 53,6% przyznało się do przyjmowania ich kilka razy w miesiącu lub częściej. 77,3% ankietowanych podało, że zazwyczaj zapoznaje się z ulotką leku przed jego zastosowaniem.

Najczęściej podawane dolegliwości

Zapytani o to, na jaką dolegliwość stosują leki o statusie dostępności OTC (ryc. 2), ankietowani naj-

częściej wskazywali bóle menstruacyjne (48,3%). Bardzo często (46,9%) podawali również bóle głowy oraz bóle kręgosłupa (43,5%). Zaburzenia snu były problemem dla 31,4% studentów. Ze stanami lękowymi musiało sobie radzić 30% uczestników badania. Z alergią zmagano się 20,8% respondentów. Dolegliwości gastryczne i dyspeptyczne były problemem dla 14% ankietowanych. Do uciążliwego bólu kończyn również przyznało się 14%. Częste biegunki doskwierały 9,2% badanych. Oprócz tego 8,7% respondentów cierpiało na zaparcia. O częstych zakażeniach układu moczowego mówiło 7,2% studentów. W grupie kobiet najczęstszą dolegliwością przyczyniającą się do stosowania leków bez recepty były bóle menstruacyjne (70%), a w grupie mężczyzn – bóle kręgosłupa (33%).

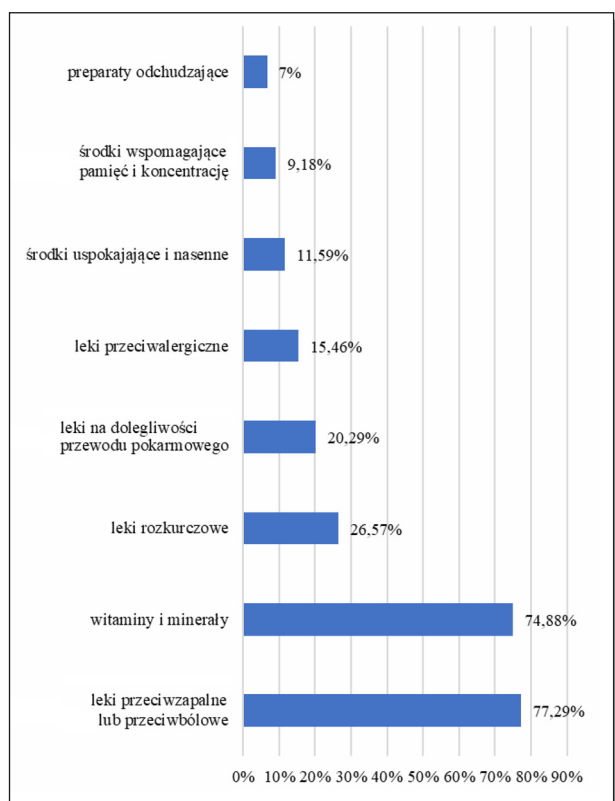


Rycina 2. Najczęstsze dolegliwości związane z przyjmowaniem leków o statusie dostępności OTC podawane przez ankietowanych

Źródło: Opracowanie własne

Przyjmowane leki o statusie dostępności OTC

Respondenci najczęściej zażywali leki przeciwbólowe i leki przeciwzapalne. Stosowało je aż 77,3% ankietowanych. Bardzo często badani brali również witaminy i minerały. Stanowili oni prawie trzy czwarte ankietowanych (74,9%). Trzecią grupą najczęściej stosowanych produktów leczniczych były leki rozkurczowe (26,6%). Studenci kierunków humanistycznych stanowili 34,5% wszystkich studentów zażywających te produkty. Jedna piąta respondentów przyznała, że przyjmuje leki łagodzące dolegliwości układu pokarmowego. Do stosowania leków przeciwalergicznym przyznało się 15,5% ankietowanych. Z leków nasennych i uspokajających korzystało 11,6% studentów. Niecała jedna dziesiąta uczestników badania (9,2%) zdecydowała się na stosowanie leków i preparatów wspomagających pamięć i koncentrację. Jedynie 6,8% studentów używało leków i preparatów odchudzających (ryc.3).



Rycina 3. Najczęściej stosowane grupy leków

Źródło: Opracowanie własne

Efekty leczenia

97% badanych oceniło skuteczność terapeutyczną leków o statusie dostępności OTC na poziomie 3 lub wyższym w skali pięciostopniowej. Spośród badanych 68% wskazało, że nigdy nie doświadczyło działania ubocznego zażytych leków. Jedynie 1,5% respondentów podało, że wystąpiły u nich skutki uboczne wymagające konsultacji lekarskiej. Do najczęstszych efektów ubocznych należały: wymioty oraz biegunki (3,9%), wysypka/świąd (1,9%), bóle brzucha (1,9%), zawroty głowy (1,9%).

OMÓWIENIE

Znaleźliśmy dwa inne badania, z 2014 i 2016 r., dotyczące przyjmowania leków o statusie dostępności OTC przez studentów. W badaniu z 2014 r., podobnie jak w naszym, głównym miejscem zaopatrywania się w leki była apteka. Jednak w zakresie źródła informacji na ich temat widać zasadniczą różnicę. We wspomnianym badaniu byli nim głównie znajomi i rodzina, a nie farmaceuta, jak to wynikało z naszego kwestionariusza [10].

W badaniu z 2016 r. odsetek studentów deklarujących stosowanie leków OTC wynosił 97,68% i jest bardzo zbliżony do odsetka osiągniętego w 2021 r. (99%). Wyniki naszego badania wskazywały także, że wśród kobiet główną przyczyną przyjmowania

leków bez recepty były bóle menstruacyjne, natomiast wśród mężczyzn – bóle kręgosłupa. Co warto podkreślić, w badaniu z 2016 r. najczęstszym powodem stosowania leków OTC przez mężczyzn była gorączka, która na naszej liście głównych przyczyn się nie znalazła [11]. Różnica ta może wynikać z czasu, w jakim zostało wykonane nasze badanie. Był to okres pandemii COVID-19 i – jak podkreśla wielu autorów – wprowadzone obostrzenia mogły przyczynić się również do zmniejszenia częstości zakażeń innymi patogenami [12,13,14,15].

Mocne i słabe strony badania

Mocną stroną badania z 2021 r. jest wzięcie pod uwagę studentów różnych kierunków studiów z ponad 40 uczelni, co zmniejsza ryzyko przedstawienia opinii na temat leków o statusie dostępności OTC wyrażonej przez wąską grupę osób z konkretnych uniwersytetów.

Badanie to ma jednak pewne ograniczenia. Ponieważ zostało przeprowadzone zdalnie wśród losowo wybranych studentów, więc nie jest wykluczone, że udzielali oni fałszywych odpowiedzi. Ponadto trwająca w okresie wykonywania badania pandemia COVID-19 i jej następstwa mogły wpłynąć na wybór stosowanych leków o statusie dostępności OTC. W związku z powyższym powtórne przeprowadzenie badania, tym razem stacjonarnie, już po zniesieniu stanu zagrożenia epidemicznego, i skonfrontowanie ich wyników z tymi otrzymanymi przez nas mogłoby dostarczyć wielu cennych informacji.

WNIOSKI

Studenci polskich uczelni powszechnie stosują leki o statusie dostępności OTC. Bardzo często też czytają ulotki dołączone do tych leków. Studenci najczęściej skarżą się na bóle menstruacyjne, a w następnej kolejności na bóle głowy i bóle kręgosłupa. W celu łagodzenia dolegliwości stosują przede wszystkim leki przeciwbólowe i przeciwzapalne. Polscy studenci bardzo pozytywnie oceniają efekty samoleczenia się lekami o statusie dostępności OTC, a skutki uboczne ich działania, które wymagają konsultacji lekarskiej, występują u nich niezwykle rzadko.

PIŚMIENNICTWO

1. Ustawa z dnia 6 września 2001 r. – Prawo farmaceutyczne (Dz.U. z 2001 r. Nr 126, poz. 1381).
2. Rozporządzenie ministra zdrowia z dnia 14 listopada 2008 r. w sprawie kryteriów zaliczenia produktu leczniczego do poszczególnych kategorii dostępności (Dz.U. z 2008 r. Nr 206, poz. 1292).
3. Bond C., Hannaford P.: Issues Related to Monitoring the Safety of Over-The-Counter (OTC). Drug Saf, 2003; 26(15):1065-1074.
4. Tesfamariam S., Anand I.S., Kaleab G. et al.: Self-medication with over the counter drugs, prevalence of risky practice and its associated factors in pharmacy outlets of Asmara, Eritrea. BMC Public Health, 2019; 19(1):159.

5. Orayj K., Alshahrani S.M., Alqahtani A.M. et al.: The Use of Over-The-Counter (OTC) Medications by University Students During Examinations in Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. *Risk Manag Healthc Policy*, 2021; 14:2675-2682.
6. Aronson J.K.: Over-the-counter medicines. *Br J Clin Pharmacol*, 2004; 58(3):23-234.
7. McCoul E.D.: Direct-To-Consumer Advertising of Over-the-Counter Sinonasal Remedies: A History of Mixed Messages. *The Laryngoscope*, 2020; 130(9):2114-2119.
8. Ko E.Y., Sabanegh E.S. Jr: The Role of Over-the-Counter Supplements for the Treatment of Male Infertility – Fact or Fiction? *J Androl*, 2012; 33(3):292-308.
9. Sánchez-Sánchez E., Fernández-Carezo F.L., Díaz-Jimenez J. et al.: Consumption of over-the-Counter Drugs: Prevalence and Type of Drugs. *Int J Environ Res Public Health*, 2021; 18(11):5530.
10. Wójtowicz-Chomicz K., Czeczuk A., Huk-Wieliczuk E. et al.: Rozpowszechnienie stosowania leków OTC wśród studentów. *Forum Med Rodz*, 2015; 9(2):173-175.
11. Zwinczewska H., Zwinczewska D., Domka J. et al.: Postawy i zwyczaje studentów medycyny w Polsce związane z samo-leczeniem lekami OTC. *Zeszyty Naukowe Towarzystwa Doktorantów Uniwersytetu Jagiellońskiego. Nauki Ścisłe*, 2016; 13(2):7-20.
12. Xiao J., Dai J., Hu J. et al.: Co-benefits of nonpharmaceutical intervention against COVID-19 on infectious diseases in China: A large population-based observational study. *Lancet Reg Health West Pac*, 2021; 17:100282.
13. Hunter P.: The return of the seasonal flu and cold: Other diseases are set to rebound as Covid-19 restrictions ease: Other diseases are set to rebound as Covid-19 restrictions ease. *EMBO Rep.*, 2022; 23(4):e54932.
14. Nenna R., Matera L., Pierangeli A. et al.: First COVID-19 lockdown resulted in most respiratory viruses disappearing among hospitalised children, with the exception of rhinoviruses. *Acta Paediatr*, 2022; 111(7):1399-1403.

Autorzy nie deklarują konfliktu interesów.

Adres do korespondencji:

Daniel Trojnacki
Wydział Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu
Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny
im. Kazimierza Pułaskiego w Radomiu
ul. Bolesława Chrobrego 27, 26-600 Radom
e-mail: danieltrojnacki@gmail.com