Spytaj farmaceutę

Data aktualizacji
2025-12-22

Niektóre z preparatów lub leków bez recepty mogą mieć negatywny wpływ, np. na skuteczność prowadzonej już kuracji. Są też substancje, które mogą sprawić, że Twoja skóra będzie bardziej podatna na promienie słoneczne. Inne z kolei spowodują, że będziesz szybciej tracić wodę.

Zazwyczaj o tym nie myślimy, a na nasze decyzje dotyczące zakupu suplementów diety i preparatów dostępnych bez recepty silny wpływ mają reklamy i porady znajomych.

Po co Ci porada farmaceuty

Pamiętaj o tym, że farmaceuta zna składniki leków i ma na bieżąco informacje na temat wszystkich substancji, które sprzedaje.

Np. apteki wycofały w końcu czerwca suplementy diety z monakoliną K (substancją występującą w czerwonym ryżu, którą uzyskuje się w wyniku jego fermentacji drożdżami). Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności uznał, że ta substancja jest identyczna z lowastatyną, która ma pomagać normalizować stężenie lipidów we krwi i znajduje się w niektórych lekach. Stwierdzono, że łączenie tych substancji w pewnych dawkach powoduje szereg szkodliwych skutków, w tym odnotowano przypadki rozpadu mięśni, zapalenia wątroby i chorób skóry wymagających hospitalizacji. W efekcie ustalono, że stosowanie monakolin ze sfermentowanego czerwonego ryżu na poziomie powyżej 3 mg/dzień powinno być zakazane. Preparaty zostały wycofane, a na opakowaniach z mniejszą zawartością tej substancji została umieszczona informacja, że produkt nie powinien być spożywany przez kobiety w ciąży lub karmiące piersią, dzieci w wieku poniżej 18 lat i osoby w wieku powyżej 70 lat.

To tylko jeden z wielu przykładów specjalistycznej wiedzy, z której możesz skorzystać, pytając swojego farmaceutę o radę i/lub udostępniając mu listę leków, które bierzesz.

Jak udostępnić swoje e-recepty

Możesz udostępnić farmaceucie swoje dane medyczne w aplikacji mobilnej mojeIKP lub poprzez Internetowe Konto Pacjenta.

mojeIKP to bezpłatna aplikacja na telefon, którą możesz pobrać na systemy Android z **Google Play** lub

iOS z **App Store**.

Aplikacja umożliwia m.in.:

- łatwe odbieranie e-recept i e-skierowań
- wykupienie leku w aptece bez podawania numeru PESEL
- sprawdzanie ulotki i dawkowania przepisanego leku
- ustawienie przypomnienia o zażywaniu leków

- szybkie umówienie terminu szczepienia przeciw COVID-19
- pobieranie Unijnego Certyfikatu COVID.

Więcej na temat aplikacji mojeIKP

Żeby umożliwić farmaceucie dostęp do swoich danych:

- uruchom aplikację
- wejdź w „Menu” (trzy kreski w prawym górnym rogu ekranu), a następnie w „Upoważnienia”
- wybierz: Udostępnij dane lekarzowi, pielęgniarce lub farmaceucie – po rozwinięciu kafelka przeczytasz m.in. informację, że tutaj udostępnisz aptece i farmaceucie Twoje e-recepty i informacje o wykupionych lekach
- wybierz „Przyznaj dostęp aptece/punktowi farmaceutycznemu”, wpisz adres i nazwę, wybierz dane z tych, które zaproponuje Ci system. Jeśli farmaceuty/apteki nie ma w wykazie lub jeśli już go/ją upoważniłeś/aś, system Cię o tym poinformuje.

Pamiętaj, że zawsze możesz cofnąć swoje upoważnienie do dostępu do danych.

Na IKP możesz się również zalogować, otwierając w komórce stronę **pacjent.gov.pl**.

W czym pomoże farmaceuta

Farmaceuta może Ci doradzić m.in.:

- w sprawie prawidłowego stosowania i przechowywania leków
- w przypadku drobnej dolegliwości
- zakupu leków: wskaże tańszy zamiennik leku
- jeśli udostępnisz mu informację, jakie leki przyjmujesz, wskaże, czy istnieje ryzyko wystąpienia między nimi niekorzystnych interakcji
- w sprawie korzystania ze sprzętu medycznego
- wyposażenia podręcznej apteczki na wakacje.

Tylko w przypadku zagrożenia zdrowia pacjenta farmaceuta jest uprawniony do wystawienia recepty (tzw. recepty farmaceutycznej).

Bardzo ważne! Farmaceuta nie może wystawić recepty farmaceutycznej na produkty lecznicze zawierające środki odurzające lub substancje psychoaktywne.

Recepta farmaceutyczna jest realizowana zawsze ze 100 proc. odpłatnością.

Dowiedz się więcej na temat roli farmaceuty w opiece zdrowotnej