

COMPLIMENT TERAPÈUTIC. Recomanacions pràctiques al pacient per a un millor compliment del seu tractament.

Què és el compliment terapèutic?

És el grau en que el pacient segueix el **compromís o pacte** fet amb els professionals de la salut (metges, infermeres, farmacèutics, etc) que l'atenen, pel que fa als medicaments que ha de prendre.

L'objectiu dels professionals de la salut és aconseguir el màxim grau de compliment entre els pacients, per tal **d'obtenir la màxima eficàcia dels medicaments i un bon control de la malaltia.**



Podem dir que el compliment terapèutic no és bo o que no es compleix correctament quan:

- No es pren el medicament recomanat o se'n pren un altre de diferent en el seu lloc.
- S'oblida de prendre alguna dosi de medicament, encara que sigui un sol dia.
- Es prenen dosis més grans o més petites de les aconsellades.
- No es pren el medicament a les hores indicades.
- Es pren el medicament de manera incorrecta, sense seguir les recomanacions donades.

Quines conseqüències pot tenir no complir bé el tractament?

- Les recomanacions dels professionals de la salut no resultaran tan eficaces com s'esperaria. **Les malalties poden empitjorar** i derivar en recaigudes i fins i tot en ingressos hospitalaris.

- Pot augmentar la dependència als medicaments i també augmentar la resistència a antibiòtics i antivirals que en el futur no seran eficaços.

- **El seguiment i control de les malalties es complica:** els professionals de la salut desconeixen que el pacient no pren correctament els medicaments i poden creure que aquests no són prou eficaços i afegir-li'n altres per poder controlar millor la malaltia, augmentant la complexitat del tractament i el risc d'aparició d'efectes secundaris.

- Es **malbaraten recursos** ja que el sistema sanitari (o el propi pacient) està pagant uns medicaments que en realitat no s'estan prenent, o que s'estan prenent de manera incorrecta.



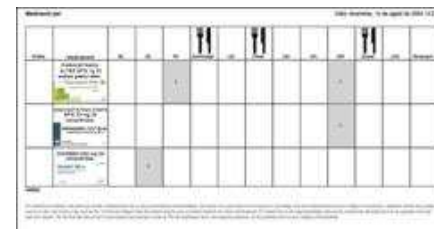
Què podem fer els pacients per complir millor el tractament?

- Esforçar-nos per **conèixer bé la nostra malaltia i saber com funcionen els medicaments** que hem de prendre.
- **Explicar amb confiança** als professionals de la salut (metges, infermeres, farmacèutics...) tots els **dubtes, pors o problemes** que ens sorgeixin respecte els medicaments.
- Explicar al metge la nostra **rutina diària** per tal que pugui adaptar-hi l'horari de preses.
- Demanar al metge que intenti receptar-nos **el mínim número de medicaments** possible.

• No marxar de la consulta fins que es tingui ben clar:

- Quins medicaments he de prendre?
- Per a què els he de prendre?
- Quan els he de prendre?
- De quina manera els he de prendre?

- **Anar a les visites acompanyats** d'algun familiar o amic en cas que no ens acabem d'aclarir amb els medicaments i els horaris.
- Demanar el nostre "**Pla de medicació personalitzat**" per escrit o fer-lo nosaltres mateixos a través de la web **www.cedimcat.info**.



- **Sol·licitar un pastiller o un "Sistema personalitzat de dosificació"** a la farmàcia si vivim sols, prenem molts medicaments o necessitem una mica d'ajut amb els medicaments i els horaris de preses.
- **Utilitzar sistemes que ens ajudin a recordar** de prendre els medicaments (alarmes, notes, deixar-los en llocs visibles, etc).



Trobareu més informació a la web del Centre d'Informació de Medicaments de Catalunya: **www.cedimcat.info**.

Data: febrer 2010

Disponible a: **www.cedimcat.info**