



Важность соблюдения режима лечения

Информация для пациентов с
множественной миеломой

ДОННА УИЛЬЯМС

Находка

Рисунок на обложке создан пациентом
с онкологическим заболеванием

Фармацевтическое подразделение ООО «Джонсон&Джонсон» подготовило этот текст с особой тщательностью в марте 2024. Запрещается размещать какой-либо текст из этой брошюры в открытом доступе путем печати, изготовления микрофильмов или любым другим способом без письменного разрешения издателя.

Информация в данном материале носит справочный характер и не заменяет консультации специалиста здравоохранения. За более подробной информацией, пожалуйста, обратитесь к лечащему врачу.

Все люди на фотографиях в этой брошюре являются моделями; фотографии представлены исключительно в целях иллюстрации.

Содержание

Почему важно соблюдать рекомендации лечащего врача относительно лечения?	4
Соблюдение режима лечения и типы лекарственных препаратов	7
Полезные советы по соблюдению режима лечения	8
Сообщение о побочных эффектах	11

Почему важно соблюдать рекомендации лечащего врача относительно лечения?

Соблюдение режима лечения

Лечащий врач назначил вам лекарственный препарат, который может улучшить ваше состояние. Если вы принимаете его согласно рекомендациям лечащего врача, считается, что вы соблюдаете режим лечения (сохраняете приверженность лечению)^{1,2}.

Чтобы лекарственный препарат подействовал, его следует принимать соответствующим образом и в нужное время.

На практике, соблюдение режима лечения означает следующее²⁻³:



Вы принимаете препарат в нужной дозе



Вы принимаете препарат в нужное время



Вы отказываетесь от определенных продуктов и (или) напитков, чтобы избежать возможных нежелательных взаимодействий с лекарственным препаратом



Несоблюдение режима лечения

Если вы не принимаете лекарственный препарат согласно назначению, считается, что вы не соблюдаете режим лечения². Это означает следующее:

- Вы принимаете неверную дозу препарата (например, пропускаете дозу, потому что забыли принять препарат);
- Вы принимаете препарат в неверное время;
- Вы прекращаете лечение по собственной инициативе;
- Вы употребляете продукты и (или) напитки, взаимодействующие с лекарственным препаратом.



С чем связано несоблюдение режима лечения²?

Существует множество причин несоблюдения режима лечения.

Сложно запомнить, когда принимать препарат

Возможно, у вас сложная схема лечения, и вам трудно запомнить, когда следует принимать тот или иной препарат.

Сложно понять, что от вас требуется

Возможно, вам трудно понять, что именно от вас требуется и почему это нужно делать.

Сложная схема лечения

Вам трудно разобраться в схеме лечения, поскольку вам также приходится принимать препараты для лечения других заболеваний, таких как:

- сахарный диабет;
- повышенное артериальное давление;
- сердечно-сосудистые заболевания.

Побочные эффекты

Вы не принимаете назначенный лекарственный препарат, поскольку вас беспокоят возможные побочные эффекты.

Вы чувствуете себя хорошо.

Вам кажется, что заболевание хорошо поддается контролю и без лекарств.

Каковы риски, связанные с несоблюдением режима лечения?

Если вы не соблюдаете режим лечения, необходимо помнить следующее^{2,4}



- Назначенный вам лекарственный препарат будет менее эффективным;
- Риск развития побочных эффектов возрастает;
- Риск развития осложнений возрастает.

Несоблюдение режима лечения также может привести к следующему^{3,5,6}:

- контролировать заболевание будет сложнее;
- ваше заболевание усугубится;
- имеющиеся симптомы станут более выраженными;
- вас могут госпитализировать, чего можно было бы избежать при соблюдении режима лечения;
- качество и ожидаемая продолжительность вашей жизни могут снизиться.

Соблюдение режима лечения и типы лекарственных препаратов

Когда речь идет о соблюдении режима лечения, рассматриваемые типы лекарственных препаратов включают следующее:

- таблетки;
- ингаляционные препараты, например, при бронхиальной астме;
- инъекционные препараты, например, при сахарном диабете;
- капли;
- сиропы;
- мази.

Полезные советы по соблюдению режима лечения

Вы иногда забываете принять лекарство или боитесь, что это произойдет? Вот несколько полезных советов, которые помогут вам вспомнить, что пора принять лекарство.

Используйте контейнер для таблеток



Контейнеры для таблеток помогают отслеживать, приняли ли вы лекарство. Они полезны людям, принимающим несколько таблеток в сутки в разное время. Контейнер для таблеток легко помещается в сумочку или карман, поэтому его удобно брать с собой в поездки.

Контейнеры для таблеток легко найти в аптеках и супермаркетах. Проконсультируйтесь с фармацевтом перед началом использования контейнера для таблеток, поскольку некоторые таблетки особенно чувствительны к влаге.

Используйте телефон



Вы можете установить напоминания на своем мобильном телефоне или смартфоне.

Используйте календарь или дневник (см. вкладку: «Мой режим лечения и планировщик»)



Вы можете использовать бумажный календарь или дневник, чтобы делать в нем пометки о времени приема того или иного препарата. Не забывайте делать это регулярно и каждый раз отмечать, что вы приняли лекарство. Например, вы можете делать это в одно и то же время или при выполнении определенной задачи.

Важно сформировать установившийся порядок, что позволит вам вовремя вспоминать о необходимости принять лекарство. Самое главное — выбрать метод, который подходит именно вам.



Совмещайте прием лекарств с определенной повседневной деятельностью

Принимайте лекарства, когда вы занимаетесь определенной повседневной деятельностью, например чистите зубы. Всегда держите лекарства на виду, чтобы не забывать о них, но при этом выберите место, недоступное для детей и домашних питомцев.



Попросите близких или друзей напоминать вам принять лекарство

Многие ваши друзья и родственники также принимают лекарства. Возможно, вам будет удобно делать это вместе и напоминать друг другу, что пора принять лекарство.



Вы живете один? Вы можете попросить друга или родственника отправлять вам СМС с напоминанием каждое утро или каждый вечер. Еще можно сделать большой плакат с графиком приема всех ваших лекарств.



Попросите лечащего врача упростить вашу схему лечения

Вы не можете запомнить, когда принимать тот или иной препарат, несмотря на все усилия? Обсудите это с лечащим врачом. Возможно, схему вашего лечения можно упростить. Например, вы можете перейти с препарата, который нужно принимать 2–3 раза в сутки, на препарат, который нужно принимать всего один раз в сутки.

Сообщение о побочных эффектах





При возникновении побочных эффектов сообщите об этом своему врачу или медсестре. Это также относится к побочным эффектам, не указанным в инструкции по применению препарата. Сообщая о побочных эффектах, вы помогаете собирать информацию о безопасности применения лекарственных средств.



Список литературы

1. World Health Organization. Adherence to long-term therapies – evidence for action. Доступно по ссылке: <http://apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js4883e/6.html#Js4883e.6.1.1>. По состоянию на март 2024г.
2. Leukemia & Lymphoma Society. Myeloma oral treatment adherence facts. Доступно по ссылке: <https://www.lls.org/patient-education-videos/oral-therapies-myeloma-medication-adherence>. По состоянию на март 2024 г.
3. Given B, *et al.* *Asia Pac J Oncol Nurs.* 2017;4:275–282.
4. Ruddy K, *et al.* *CA Cancer J Clin.* 2009;59:56–66.

Эта информация предназначена для подробного информирования пациентов с множественной миеломой о клинических характеристиках этого заболевания и применяемых методах лечения. За более подробной информацией обратитесь к лечащему врачу.

 ООО «Джонсон & Джонсон»
 8 495 755 83 50
 121614 Москва, ул. Крылатская. Д.17, корп.2
 <https://www.janssenwithme.ru/>

Дата подготовки материала:
март 2024
ЕМ - 153663