

Deprescribing

nadir



Indicazioni per i candidati

Formule di deprescribing sono state applicate con criteri e risultati molto positivi in varie patologie quali geriatria, oncologia, psichiatria, artrite reumatoide. In vari ambiti medici il deprescribing è considerato un criterio prioritario e di routine di sana gestione clinica.

Negli ultimi anni anche la ricerca sull'HIV, oltre a concentrarsi sui criteri per trovare la cura, si è focalizzata sull'associazione di due farmaci (terapia duale) che ormai, nelle persone stabili è considerato il golden standard.

Non solo la scienza si deve occupare di deprescribing, ovvero di cercare di diminuire il carico di farmaci, ma la persona stessa che li assume deve intervenire con il proprio buon senso per rivolgere al medico la richiesta di una costante revisione delle medicine che assume.

Quindi, chiunque mira ad ottimizzare gli sforzi per una buona qualità di vita collegata alla salute, non abuserà mai delle prescrizioni esagerate, insostenibili o di quelle per medicinali che poi resteranno nell'armadietto oltre la scadenza.

In presenza di terapie complesse, non confermate di recente dal medico o di farmaci sperimentati da poco tempo di cui non si conoscono tutti gli effetti collaterali o le interazioni, è difficile determinare se i sintomi sono legati alla loro assunzione o a uno solo di essi. Ci si può trovare di fronte a sintomi collegati alla malattia che si sta curando.

Il medico conosce gli effetti tossici delle medicine che stai assumendo, ma non sempre può prevenire una reazione che non si è riscontrata di frequente. Ricordati di chiedergli sempre se puoi aggiungere o meno l'assunzione di altri farmaci che ti vengono consigliati. Informalo anche se fai uso di alcool o di sostanze.

Dobbiamo cogliere l'opportunità di calibrare i regimi terapeutici a seconda del nostro effettivo bisogno nel percorso di cura o in alcune delle sue tappe. Questo comporta la verifica costante dei farmaci che assumiamo dato che potrebbero non essere più necessari o da aggiornare per il mantenimento o miglioramento della qualità della vita correlata alla salute, intesa come stabilità, benessere fisico e assenza di sintomi che la pregiudicano.

Come affrontare questo tema con il mio medico?

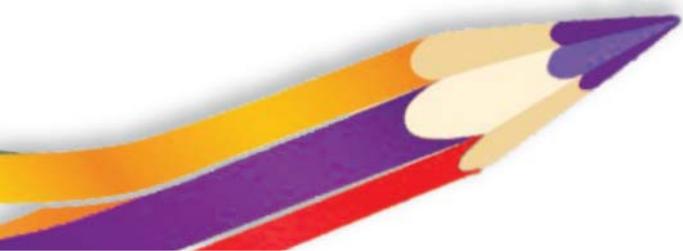
L'approccio ottimale per un deprescribing che non comporti rischi, prevede innanzitutto **una buona comunicazione tra il medico e il paziente** e questo implica che il medico conosca lo stile di vita e le esigenze della persona che assume terapie, spesso prescritte da specialisti di diverse discipline, a seconda dello stato di salute e di co-patologie che si presentano nel corso degli anni.

In un rapporto medico - paziente ideale le due parti concordano le scelte diagnostiche e terapeutiche e le esigenze di quest'ultimo devono essere collocate al primo posto. L'approccio alle cure **personalizzato** e semplificato per prevenire, oltre ai problemi descritti nel primo numero di *deprescribing*, anche la mancanza di aderenza che non solo mette a rischio il successo della terapia, ma rappresenta un costo inutile per la propria tasca o per il sistema in cui viviamo.

Come affrontare il tema della deprescrizione partendo da semplici criteri che devono essere approfonditi e discussi con il medico per prevenire situazioni di rischio:

- a) Identificare i propri rischi di ADR (reazioni avverse ai farmaci);
- b) Identificare quali possano essere i farmaci per i quali esiste una ragionevole certezza di tossicità e/o inappropriata;
- c) Elencare al medico tutti i medicinali e le terapie complementari che si assumono e la ragione delle prescrizioni;
- d) Riportare se vi sono problemi di aderenza e tollerabilità con ognuno di essi;
- e) Concordare i benefici della prosecuzione di una specifica terapia, anche in rapporto all'epoca della diagnosi e al tempo di cura;
- f) Considerare come priorità la sospensione di medicinali con minor rapporto rischio-beneficio e bassa probabilità di aggravamento della specifica patologia;
- g) Valutare con il medico il rischio complessivo della deprescrizione;
- h) chiedere il monitoraggio costante dell'andamento per valutare se vi è la comparsa di peggioramenti.

Svolgere questo piccolo lavoro di valutazione su se stessi, è utile per chi prende molti farmaci, in quanto si è più esposti a incorrere in effetti tossici a volte molto pesanti: reazioni allergiche che possono portare a situazioni di emergenza, addirittura danni d'organo che richiedono il ricovero.



Deprescribing

3

La collana è composta da quattro numeri

Associazione NADIR
Via Panama, 88 - 00198 Roma
C.F. 96361480583
P. IVA 07478531002
www.nadironlus.org

nadir

Settembre 2020

Iniziativa resa possibile grazie al supporto non condizionato di ViiVHealthcare

