

Farmaci e estate, le precauzioni da osservare: *il decalogo dell' Agenzia Italiana del Farmaco*

(a cura dell'Ufficio stampa, dell'Ufficio di *Farmacovigilanza* e dell'Ufficio Qualità dei prodotti dell'AIFA)

1. Leggere attentamente le modalità di conservazione previste per il medicinale indicate nelle informazioni del prodotto. Qualora queste non fossero specificate, conservare il prodotto a temperatura inferiore ai 25° in luogo fresco ed asciutto. Nel caso non fosse possibile è bene conservarlo in frigo e, in caso di viaggi o soggiorni fuori casa, trasportarlo in un contenitore termico. Agenti atmosferici come eccessiva luce e/o sbalzi di temperatura possono deteriorare il medicinale.
2. Esporre i medicinali per un tempo esiguo (una o due giornate) a temperature superiori a 25° non ne pregiudica la qualità, ma, per un tempo più lungo, ne riduce considerevolmente la data di scadenza. Se invece la temperatura di conservazione è specificatamente indicata, non rispettarla potrebbe addirittura renderli dannosi per la salute.
3. Se si utilizzano farmaci in forma pressurizzata (spray), è consigliabile evitarne l'esposizione al sole o a temperature elevate e utilizzare contenitori termici per il trasporto.
4. In caso di terapia con farmaci a base di insulina, è bene ricordare che questi vanno conservati in frigorifero; qualora si debbano affrontare lunghi viaggi è consigliabile collocarli in una borsa termica che li mantenga alla giusta temperatura e, nel caso di viaggio aereo, trasportarli nel bagaglio a mano.
5. Evitare di inserire farmaci diversi in una sola confezione o mescolarli in uno stesso contenitore per risparmiare spazio in valigia: si potrebbero avere poi delle difficoltà a riconoscere la data di scadenza, la tipologia del medicinale e il dosaggio.
6. Evitare l'uso di contenitori (portapillole) non esplicitamente destinati al trasporto di farmaci, in quanto potrebbero facilmente surriscaldarsi o rilasciare sostanze nocive ed alterare così le caratteristiche del medicinale.
7. Alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione a seguito dell'esposizione al sole. Controllare attentamente le istruzioni in caso di assunzione di: antibiotici (tetracicline, chinolonici), sulfamidici, contraccettivi orali (pillola), antinfiammatori non steroidei (FANS), prometazina (antistaminico).
8. Evitare l'esposizione al sole dopo l'applicazione di gel/cerotti a base di ketoprofene (fino a due settimane dopo il trattamento) o creme a base di prometazina, queste ultime spesso utilizzate per le punture di insetti o allergie cutanee; in tal caso lavare accuratamente la zona interessata, in modo da evitare la comparsa di macchie o nel peggiore dei casi, vere e proprie ustioni. Per tutti gli altri medicinali in forma di gel/crema è bene verificarne la compatibilità con l'esposizione al sole.
9. Il caldo può provocare l'abbassamento della pressione anche in soggetti ipertesi, pertanto la terapia dell'ipertensione arteriosa, ovvero pressione alta, (ACE inibitori in associazione o meno con diuretici, sartani, calcio antagonisti, diuretici, beta bloccanti, bloccanti dei recettori alfa adrenergici) e di altre malattie cardiovascolari, potrebbe richiedere un riadattamento da parte del medico/specialista nel periodo estivo.
10. Nel caso di un farmaco presente in diverse forme farmaceutiche e in assenza di specifiche *controindicazioni* (ad esempio la difficoltà di deglutizione), sono consigliabili le formulazioni solide rispetto a quelle liquide che, contenendo acqua, sono in genere maggiormente sensibili alle alte temperature (termolabili).

11. Intorno agli occhi, nel periodo estivo, è meglio non utilizzare prodotti che con il calore possono entrare a contatto con la superficie oculare (creme o pomate non idonee all'uso oftalmico).
12. Se si deve affrontare un lungo viaggio in auto, è consigliabile trasportare i farmaci nell'abitacolo condizionato e/o in un contenitore termico. Deve essere evitato il bagagliaio che potrebbe surriscaldarsi eccessivamente.
13. Qualora l'aspetto del medicinale che si utilizza abitualmente appaia diverso dal solito o presenti dei difetti (presenza di particelle solide in sospensione o sul fondo, cambio di colore o odore, modifica di consistenza) occorre sempre consultare operatori sanitari qualificati prima di assumerlo.
14. Nel caso di viaggi in aereo, è bene collocare i farmaci nel bagaglio a mano. In caso di flaconi liquidi di medicinali già aperti, mantenerli in posizione verticale. È consigliabile inoltre che i soggetti in terapia con farmaci salvavita portino con sé in cabina tali medicinali con le relative ricette di prescrizione, poiché potrebbe essere necessario esibirle nelle fasi di controllo.
15. Nell'eventualità di trovarsi nella necessità di spedire dei medicinali è bene preferire sempre le compresse o comunque forme solide.