



Namochi mantu
t.me/namochimanturu
Sep 14 · 8 min read

Как купить лекарство и не ошибиться. Инструкция



ell-r-brown/flickr.com, CC BY 2.0

Этот материал подготовлен совместно с интернет-изданием «Медуза».

Автор: Дарья Саркисян

Убедитесь, что это лекарство имеет доказанную эффективность

В России продаётся масса лекарств, о которых мы знаем недостаточно много—их эффективность и безопасность не доказаны должным образом. К сожалению, многие врачи назначают такие лекарства, поэтому лучше сразу задать доктору несколько вопросов о препарате—например, используется ли он за рубежом. Дело в том, что американское Управление по контролю за продуктами питания и лекарствами (FDA) и Европейское агентство по лекарственным средствам (EMA)

обычно предъявляют достаточно строгие требования к препаратам, и, например, российский «Арбидол» не смог зарегистрироваться как лекарство в США.

Иногда грамотные, хорошие врачи тоже назначают лекарства с недоказанной эффективностью. Так бывает, если другие методы лечения уже испробованы, они не помогли или вызвали какие-то неприемлемые нежелательные реакции, и в качестве альтернативы остаётся что-то радикальное, что не устраивает пациента. В таком случае врач может предложить препарат с не очень хорошей доказательной базой. Тогда пациент должен вместе с врачом решать, имеет ли смысл тратить деньги и пробовать.

Если после разговора с врачом у вас остались сомнения или вы покупаете безрецептурный препарат, чтобы самостоятельно справиться с чем-то незначительным (так тоже иногда можно), есть несколько способов проверить, насколько хорошо изучено лекарство.

1. **Выясните, какое у этого препарата действующее вещество.** Под разными коммерческими названиями (например, «Нурофен», «МИГ», «Фаспик») может скрываться одно (ибупрофен). Для этого нужно открыть официальную инструкцию в Государственном реестре лекарственных средств. Если препарата там нет, возможно, это БАД. БАДы используются для лечения и профилактики очень редко.
2. **Переведите название действующего вещества на английский**— например, с помощью обычного онлайн-переводчика или посмотрите в Регистре лекарственных средств России.
3. **Откройте хорошие сайты для врачей**, например, UpToDate.com и Medscape.com (раздел Drugs & Diseases), и поищите название там. Большая часть статей в UpToDate (кроме текстов для пациентов, которые можно посмотреть в специальном разделе) доступна только по подписке, но так можно понять, применяется ли вообще препарат за рубежом. Нередко бывает, что в базе просто не находится никаких статей по теме.
4. **Если ничего не нашли, для верности загляните на Pubmed.com**, где собраны научные статьи из биомедицинских журналов. Если поискать действующее

вещество и ваше заболевание, а в фильтре слева отметить, что нужны работы на людях, рандомизированные контролируемые исследования, систематические обзоры и метаанализы (если вы не очень понимаете, что это значит— вот [здесь](#) есть объяснения), результат может сказать многое. По «чисто российским» препаратам часто находится совсем мало исследований (максимум несколько десятков), обычно 1980–1990 годов, а статьи опубликованы обычно не в англоязычных журналах. У препаратов, которые имеют доказанную эффективность и часто применяются, картина [совсем другая](#)—вы найдёте множество исследований, и очень может быть, что самое свежее вышло в текущем году.

Кроме того, некоторые врачи иногда предлагают посмотреть, не зарегистрирован ли препарат в [США](#) и [Европе](#). Так тоже можно делать, хотя, строго говоря, это ничего не скажет о том, применяется ли средство при вашем заболевании в рамках доказательной медицины: вполне возможно, ему на смену уже давно пришли другие препараты.

К сожалению, без знания английского проверять такую информацию сложно—это [международный язык медицины](#). Но современные интернет-сервисы могут переводить на русский целые страницы, причём качество перевода постоянно растёт. Если вам удобнее искать информацию на русском, для проверки препаратов можно воспользоваться поиском по сайтам, создатели которых придерживаются принципов доказательной медицины,—[Medspecial.ru](#), [SiteMedical.ru](#) и «[АЛГОМ](#)» (там нужно обращать внимание на переводные рекомендации, а не российские стандарты). Но англоязычные источники, конечно, дадут больше нужных сведений.

Соблюдайте простые правила безопасности

1. Старайтесь ничего не покупать в интернет-аптеках. Если возможно, обращайтесь в аптеки из крупных сетей. По [данным](#) Росздравнадзора, в обычных аптеках не так много фальсификата и контрафакта (фальсифицированными называют лекарства, у которых на упаковке указана ложная информация: лекарство может не содержать действующего вещества или содержать, но условия его производства будут опасными. Другими словами, это подделка. Контрафактное лекарство—это настоящее лекарство, но добытое незаконным

путём: например, списанное в больнице. В этом случае условия хранения могут не соблюдаться.). «Но при прочих равных аптека в крупной аптечной сети будет реже рисковать и ставить на полку контрафакт или фальсификат, — говорит директор департамента внешних связей группы фармацевтических компаний STADA Иван Глушков. — Чем больше бизнес, тем больше риски, притом что выгода будет небольшая. То же касается температурного режима и хранения: в крупных сетях транспортировка точно хорошо налажена».

И государственные органы, и представители частного бизнеса считают, что гораздо большую опасность представляют интернет-аптеки. «Если интернет-ресурс предлагает приобрести лекарственные препараты онлайн, одновременно обещая их доставку или пересылку почтой, не требует рецепт врача на рецептурные препараты, продает лекарственные средства, привезённые из-за границы или не зарегистрированные в России, это признаки нарушения закона, — сообщили в письме “Медузе” представители компании “Пфайзер”. — Такие продавцы могут оказаться не зарегистрированы как юридические лица или индивидуальные предприниматели, не иметь лицензии на розничную продажу лекарственных препаратов, квалифицированного персонала и надлежащих условий хранения продукции. Именно в таких местах существует наибольший риск покупки контрафактного препарата».

Но не нужно путать такие ресурсы с аптеками, которые позволяют бесплатно оформить заказ на лекарство в интернете, а потом забрать его из аптеки, предъявив, если необходимо, рецепт.

2. Насторожитесь, если цена слишком низкая. Большой вопрос — из-за чего она ниже. Если все легально, обычно дело в скором истечении срока годности. Более того, если вы знаете, что эта дата близка, а цена обычная, вы сами можете спросить, не дадут ли вам скидку.

3. Если вам не дали чек, это подозрительно.

4. Обратите внимание на упаковку. Правда, «в большинстве случаев визуально отличить фальсификат невозможно, — говорит Иван Глушков. — Качественная полиграфия сейчас стоит очень мало. Если на упаковке есть опечатки, то она поддельная, но мы в компании при своих проверках ни разу такого не

встречали». Однако если вы покупаете лекарство в российской аптеке, важно проследить, чтобы упаковка и инструкция были русскоязычными. В компании «Байер» говорят, что для препаратов, зарегистрированных в России, это обязательно. Соответственно, если это не так, значит, препарат продают нелегально. В компании «Пфайзер» советуют посмотреть, не повреждена ли упаковка и совпадают ли номер партии, дата производства, производитель и срок годности снаружи на упаковке и внутри—на блистере, флаконе или ампулах.

5. Проверьте лекарство по серии. На сайте Росздравнадзора можно проверить, не изымались ли лекарства этой серии из обращения.

6. Если сомневаетесь в подлинности препарата, попросите сертификат или декларацию о соответствии. Или обратитесь к производителю—в инструкции должны быть контакты.

«В предыдущие годы часто выявлялись фальсификаты среди противоопухолевых препаратов,—говорит глава Росздравнадзора Михаил Мурашко.— В 2017 году—среди препаратов для лечения грибковых заболеваний. Нередко подделываются и препараты широкого потребления, которые продаются без рецептов». Чаще всего в интернет-аптеках есть контрафактные и фальсифицированные средства для лечения эректильной дисфункции, дерматологических заболеваний, таблетки для похудения, БАДы, гормональные препараты, опиоидные анальгетики, сильнодействующие, психотропные и наркотические вещества.

Сейчас работает пилотный проект по маркировке лекарств, который, как считается, должен существенно снизить долю контрафактных и фальсифицированных препаратов. По этому проекту, у каждой упаковки будет свой код, и так лекарство можно будет отследить от завода до продажи. Причем, по словам Глушкова, дважды продать упаковку с одной маркировкой будет невозможно. Обязательной эта маркировка станет с 1 января 2020, но до истечения срока годности на рынке ещё будут находиться препараты без маркировки, выпущенные раньше.

«Если система будет создана в том виде, в котором она есть в пилоте, то она защитит конечного потребителя от контрафакта,—говорит Иван Глушков.— Но есть нюанс. Как выглядит

система? Человек приходит в аптеку, покупает препарат, на кассе сканируется код. Если эта аптека <подключена к интернету, то есть она> онлайн, сигнал тут же летит в государственное хранилище данных, проверяется и возвращается—всё ок. Если аптека офлайн, то такую информацию она может отправлять в течение пяти дней». Потребитель при этом не знает, прошла ли упаковка проверку в общей базе или нет, но он может сам это сделать с помощью приложения «Проверка маркировки товаров» ([iOS](#), [Android](#)).

Убедитесь, что не перепутали название

И в России, и за рубежом есть такая проблема—названия разных препаратов звучат похоже, поэтому многие покупатели их путают. Иногда производители специально вводят в заблуждение. Например, когда препараты с кодеином (опиоидное обезболивающее и противокашлевое средство) стали строго рецептурными, появились безрецептурные лекарства с очень похожими названиями, с теми же заболеваниями в показаниях, но без самого кодеина. «Как правило, вокруг любого крупного бренда (обычно это оригинальный препарат) существует несколько созвучных брендов-паразитов (обычно дженерики или БАДы)»,— говорит провизор, кандидат фармацевтических наук Александр Коржевский. Поэтому тут нужно быть очень внимательным.

Бывает и так, что производители выпускают линейку похожих, но не идентичных препаратов с минимально отличающимися названиями. «Есть масса антигипертензивных, где торговое наименование (например, “Энап”, “Конкор”) может иметь множество приписок (“Энап-Н”, “Энап-НЛ”, “Конкор Кор”),— говорит провизор Ольга (имя изменено по просьбе героини).—И каждый раз это большая сложность—выяснить, что назначено. Поскольку назначения в нашей стране в аптеки особо не носят, пациенты определяют нужное лекарство “по цвету коробочки”».

И, наконец, задачу осложняет то, что бывают просто неудачные совпадения. Например, серьёзный препарат, который применяют, чтобы снимать симптомы при заболевании простаты, («Фокусин») можно перепутать с БАДом «для здоровья глаз» («Фокусом»).

Мы опросили фармацевтов и провизоров, откликнувшихся на просьбу в нашем телеграм-канале, и составили таблицу, которая поможет ни с чем не спутать нужное лекарство. Если вы знаете другие лекарства, у которых есть «двойники», — присылайте названия через специальную форму, после проверки мы включим их в таблицу.

Чтобы купить правильный препарат, нужно сразу выяснить у врача, зачем вам нужно это лекарство, и тут же попытаться прочесть назначения, если запись сделана от руки (по закону врачи не могут выписывать лекарства по коммерческому названию — только по действующему веществу с редкими исключениями. Но обычно этим правилом пренебрегают, например, потому, что человек не может позволить себе оригинальный препарат и нужно вместе выбрать качественный дженерик по доступной цене). Так будет проще не запутаться в аптеке.

Если что-то пошло не так, верните лекарство или сообщите о нежелательных реакциях

Несмотря на то, что лекарства нельзя возвращать, как многие другие товары, в этом правиле есть исключение. Если препарат плохого качества, в аптеке могут вернуть деньги. «В большинстве случаев потребитель не может самостоятельно определить является ли лекарственное средство некачественным или нет, — пишут на сайте Росздравнадзора. — Исследования на соответствие требованиям нормативной документации осуществляются экспертными организациями, аккредитованными в области контроля качества лекарственных средств в установленном порядке».

Если у вас есть подозрения, что с лекарством что-то не так, обратитесь в фармкомпанию, которая произвела препарат, аккредитованную лабораторию или Росздравнадзор.

Если после приема препарата у вас появились неожиданные симптомы, обратитесь к врачу. И сообщите об этом в фармкомпанию или в Росздравнадзор.

Бонус: трагикомическая история нашего читателя, который не сделал так, как

написано в этой инструкции

«В январе у меня образовалось свободное время, которое я решил занять обходом врачей. Среди прочего был офтальмолог: он посмотрел на глаза, нашел мой блефарит, посоветовал посильнее диоптрию, выписал капельки для линз и препарат под названием “Фокусин” — витаминчики для глаз, БАД. «Какое смешное название, — подумал я, — для фокусирования, значит, “Фокусин”, а для проблем с эрекцией как таблетки у них называются?»»

Купил. Пью утром и вечером — курс на месяц. Продолжаю ходить по врачам. Сплю плохо, потею, глаз дёргается. Спустя пару дней моя девушка спрашивает: а что ты бледный такой? Ну это, говорю, нервы, к тому же всего 6 минут солнечного света в декабре. Вечером дико спать хочется. На третий день понимаю, что у меня немеют ладони. Трогаю разные поверхности и практически ничего не чувствую. Офигеть! Записываюсь к невропатологу. В пятницу совсем страшно и странно: пропадает сперма! То есть половая жизнь происходит, но ничего не выходит.

И тут меня осеняет: надо почитать инструкцию к “Фокусину” — а там просто ад побочных эффектов. Я практически всё у себя нашел. Среди них приапизм (вечный стояк) и нарушение эякуляции с падением либидо. Я, конечно, проглядел бумажку перед началом курса, но там что-то было про педипальцы и омеги-зиготы. В моём сознании это сложилось с понятием “витаминки для глаз”. При внимательном чтении, выяснилось, что “Фокусин” — урологическое средство, регулирующее предстательную железу. Его вообще дедушкам с удержанием мочи прописывают, чтобы катетер не вставлять. И снижение давления (у меня оно и так низкое) — одно из действий препарата. Боюсь представить, что бы случилось, если бы я пропил “Фокусин” 30 дней. В итоге выяснилось, что офтальмолог прописал мне “Фокус”, — без “-ин”, — и ошиблись в аптеке.

У истории относительно хороший конец: в аптеке заведующая побелела сильнее меня, вернула деньги и дала пачку “Фокуса”, пообещав доложить гендиректору о случившемся (несмотря на то, что лекарства вообще не меняют). А невропатолог развёл лапками».

