

В. КАПЛЯ-БУБЕНЕЦ, «Ремедиум»

10.21518 / 1561-5936-2018-4-12-13

Ответственное самолечение – осознанный подход к своему здоровью

ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр профилактической медицины» Минздрава РФ (НМИЦ ПМ) при поддержке компании Bayer подготовило концепцию ответственного самолечения – первый в России документ, определяющий принципы ответственного самолечения, а также перечень заболеваний и симптомов, при которых оно может применяться эффективно и безопасно. В документе приводится социально-экономическое обоснование концепции на примере зарубежных стран и даны практические рекомендации по внедрению ответственного самолечения в России для врачей, фармацевтов, производителей лекарственных препаратов, контрольных органов и самих пациентов.

Самолечение – один из ключевых вопросов развития общественного здравоохранения во всем мире. Распространение хронических заболеваний образа жизни, растущие затраты на здравоохранение, развитие информационных технологий и нежелание пациентов и дальше играть пассивную роль в лечении обуславливают постепенный отказ от классического патерналистского подхода к медицине. Вызов заключается в формировании у пациентов ответственности за свое здоровье, то есть развитии осознанного самолечения, эффективного и безопасного.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определила понятие ответственного самолечения (ОСЛ) как комплекс мер, предпринимаемых отдельными гражданами, семьями и сообществами для укрепления здоровья, профилактики и лечения заболеваний, а также восстановления здоровья после болезней (*рис.*).

В России уровень сознательности населения по отношению к своему здоровью достаточно высок. Так, проведенное ВЦИОМ в 2016 г. исследование «Bayer Барометр» показало, что 81% граждан РФ готовы взять на себя ответственность за собственное

здоровье, при этом только 4% возлагают ее на государство. Как отметила Лилия Титова, исполнительный директор Союза профессиональных фармацевтических организаций, «в России сформировалась довольно

благодатная почва для того, чтобы развивать концепцию ответственного самолечения и получить действительно хорошие результаты».

ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

От хороших результатов внедрения концепции ОСЛ отчасти зависит и успешное экономическое развитие государства, так как нельзя рассматривать здоровье исключительно как социальный фактор: здоровое население имеет важное значение для обеспечения устойчивого роста экономики. Одной из целей концепции ОСЛ является снижение расходов на здравоохранение без потери качества и доступности медицинской помощи. Это реализуется за счет оптимизации деятельности медицинских учреждений и высвобождения финансовых ресурсов для пациентов, нуждающихся в них в первую очередь.

Ассоциация европейских производителей безрецептурных препаратов выяснила, что в случае возможного замещения 5% врачебной помощи ответственным самолечением страны Европы смогут сэкономить более 16 млрд евро в год за счет сокращения расходов на оплату труда врачей и экономии времени пациентов на посещение медучреждений. Похожее исследование IMS Health подтвердило, что пациенты чаще всего обращаются к врачу при легких заболеваниях: в Великобритании на такие

Ключевые слова:

ответственное самолечение, развитие общественного здравоохранения, Bayer

SUMMARY

Keywords: *responsible self-management, public health development, Bayer*

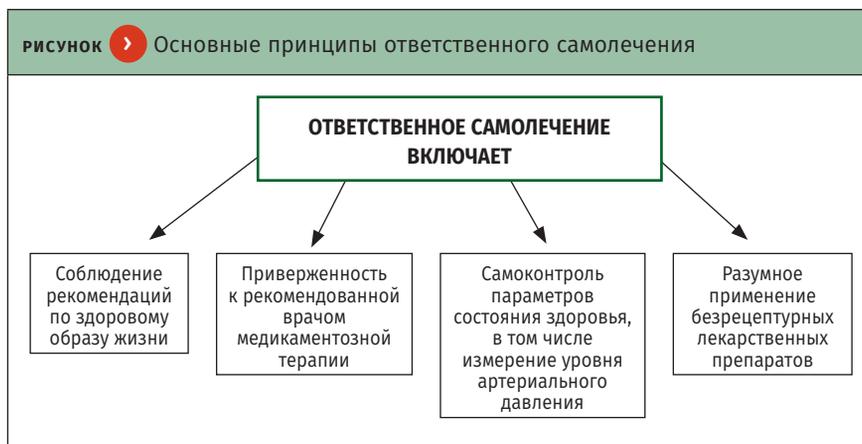
National Medical Research Center for Preventive Medicine FGBU of the Ministry of Health of the Russian Federation (NMC PM), with the support of Bayer prepared a concept of responsible self-management, the first document in Russia defining the principles of responsible self-management, as well as a list of diseases and symptoms in which it can be applied effectively and safely. The document provides a socio-economic justification for the concept using the example of foreign countries and gives practical guidelines for the introduction of responsible self-management in Russia for doctors, pharmacists, drug manufacturers, control authorities and patients.

**V. KAPLYA-BUBENETS, Remedium
RESPONSIBLE SELF-MANAGEMENT
IS A CONSCIOUS APPROACH TO
HEALTH**

консультации приходится 75% всех визитов в клиники.

ЧТО НУЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ

Разработка НМИЦ ПМ может стать важным этапом на пути к новой модели национальной системы здравоохранения. Для широкого внедрения концепции ответственного самолечения в РФ требуется перестройка существующей системы оказания медицинской помощи и включение ОСЛ в приоритетные программы развития российского здравоохранения. Краеугольным камнем внедрения концепции ОСЛ является повышение медицинской грамотности населения. Если люди не будут иметь возможность понять основную медицинскую информацию, они не смогут адекватно заботиться о своем здоровье и принимать осознанные и правильные решения при самолечении. Многочисленные исследования показывают, что 90% медицинского обслуживания, необходимого пациенту с хроническим заболеванием, он должен обеспечивать себе сам. При этом среди безграмотных с медицинской точки зрения граждан наблюдается более высокая частота госпитализаций и более низкие показатели состояния здоровья. Важность проведения информационных программ подчеркивает и один из авторов концепции Анна Концевая, заместитель директора



по научной и аналитической работе НМИЦ НП. По ее словам, в этом году Минздрав запускает большой проект, в рамках которого в течение семи лет в СМИ будет проводиться широкомасштабная кампания, направленная на формирование здорового образа жизни, повышение приверженности назначенному лечению и пропаганду личной ответственности граждан за состояние своего здоровья. Компания Bayer летом проведет акцию «Лечусь грамотно», в ходе которой можно будет получить информацию об ответственном самолечении. Важно помнить, что концепция ответственного самолечения не исключает обращения за медицинской помощью (табл.). Более того, она предполагает, что не только сам пациент ответственен за свое здоровье, подчеркивает Ирина Успенская,

глава дивизиона Consumer Health компании Bayer. В ближайшее время медицинское сообщество планирует приступить к созданию конкретных рекомендаций, которые определят алгоритм взаимодействия врачей различных специальностей с пациентами. «Концепция ответственного самолечения может и должна применяться в практической медицине. Процесс разработки рекомендаций по каждой терапевтической области начнется в этом году совместно с профессиональными ассоциациями и обществами медицинских специалистов», – заявила Оксана Драпкина, директор НМИЦ НП. Для внедрения практики ОСЛ необходима хорошо скоординированная работа представителей всего медицинского сообщества от организаторов здравоохранения до врачей первичного звена и фармацевтов, подчеркивают авторы концепции.



ТАБЛИЦА Ключевые аспекты практики ответственного самолечения

Когда может осуществляться ответственное самолечение:	Когда необходима обязательная консультация врача:
• для лечения аллергических проявлений	• при симптомах, сохраняющихся более 3–7 дней
• для симптоматического лечения простуды	• при ухудшении состояния или возобновлении симптомов
• для симптоматического лечения легких функциональных расстройств ЖКТ	• при сильной боли
• для симптоматического лечения слабой и умеренной боли	• при неэффективности применения 1–2 лекарственных препаратов
• для профилактики нехватки витаминов и минералов	• при развитии нежелательных эффектов
• для лечения установленных хронических заболеваний препаратами, назначенными врачом	• при появлении беспокойства, депрессии, заторможенности, ажитации или повышенной возбудимости

ИСТОЧНИКИ

1. Марцевич С.Ю., Толпыгина С.Н., Концевая А.В., Драпкина О.М. Основопологающие принципы концепции ответственного самолечения и ее потенциала в современной системе здравоохранения. Рациональная фармакотерапия в кардиологии, 2018, 14 (1): 101–110. doi: 10.20996/1819–6446–2018–14-1-101–110.
2. «Bayer Барометр»: результаты третьего масштабного исследования качества жизни https://www.bayer.ru/media/news/20161011_barometer.php.
3. Материалы презентации концепции ответственного самолечения.