66. zenbakia ~ 2022-02-08

TESTU LABURREN FEUSE SARIA—2022

feuseelkartea@gmail.com

www.feuse.eus

2022/66

Farmaberri

FARMAZIALARI EUSKALDUNEN ELKARTEA

Gorka Orive, Saioa Domingo, eta Unax Lertxundi, irabazleak

Aurtengo Testu Laburren sarian inoiz baino testu gehiago jaso ditugu eta horregatik inoiz baino zailagoa izan da testu irabazlea aukeratzea. Testuen kopurua ez-ezik testuen kalitatea ere handitu egin da eta eskertzekoa da, farmaziarekin lotutako testuak euskaraz idaztea aurrerapauso handi bat dela uste dugulako.

Feuseko batzordekideek, aurkeztutako testuak aztertu ondoren, 2022ko testu laburren feuse sarien irabazleak aukeratu dituzte:

LEHENGO SARIA: 300€ko saria, ziurtagiria eta lana Farmaberri aldizkari elektronikoan argitaratzea.

“Ornitorrinkoei, saguzarrei eta farmakoei buruzko istorioa”, Saioa Domingo, Unax Lertxundi eta Gorka Oriveren testua.

BIGARREN SARIA: Sariaren ziurtagiria eta lana Farmaberri aldizkari elektronikoan argitaratzea (Epaimahaiak bi testu saritu ditu):

“Gluten gabeko dieta moda edo beharra izan, beti aholku nutrizionalarekin batera” Maialen Vazquez-Polo, Silvia Matias eta Gesala Perez-Junkeraren testua.

“Herrialde garatua, soberako baliabideak, eta elikaduratik gaixotzea. Non dago tranpa?” June Aresen testua.

Testuak hurrengo farmaberrietan argitaratuak ikusteko aukera izango dugu.

ESKERRIK ASKO PARTE HARTZAILE GUZTIEI!

BULARREKO MINBIZIAREN GAIXOARI ESKUA EMANEZ

Sefac Kongresuan euskerazko komunikazioa aurkeztu zuten Idoia Carranza eta Ainhoa Otegik

BILBAO 2020 VIRTUAL
IX CONGRESO NACIONAL DE FARMACÉUTICOS COMUNITARIOS
II REUNIÓN INTERNACIONAL DE FARMACÉUTICOS COMUNITARIOS
#SEFACVIRTUAL2020

Ezina Ekinez Egina
Haciendo lo difícil consigues lo imposible

19-22 OCTUBRE 2020 | SEFAC
congreso-sefac.org

BULARREKO MINBIZIAREN GAIXOARI ESKUA EMANEZ

Idoia Carranza eta Ainhoa Otegi
Farmazia Komunitarioa

SARRERA

Farmazia komunitarioan bularreko minbizia duten gaixoen kontsulta ohikoenak jasota, gaixo talde horretan informazio eta babes falta bat dagoela ikusi da.

Behar horiek asetzeko farmazia komunitariotik osasun kanpaina bat gauzatzea erabaki da.

HELBURUAK

Farmazia komunitarioan bularreko minbizia duten gaixoei informazioa eta babesa eskaintzea eta era berean, egoera berdinean dauden beste gaixo batzuk ezagutzeko aukera ematea ere, honela farmazialari komunitarioaren eginkizuna agerian jarriz.

METODOLOGIA

Farmazia komunitarioan bularreko minbizia duten gaixoen kontsulta ohikoenak jaso dira eta informazio eza eta bezeroaren arretarekiko gabezia dagoela ondorioztatu da.

Bilaketa bibliografiko bat egin da gaixoak pasa behar dituen garai desberdinak kontuan harturik eta baita erabiltzen diren medikamendu, osasun produktu eta material ortoprotesikoa aztertu ere.

Bukatzeko, bi egileen arteako datuak partekatu eta hainbat tailer burutzea erabaki da.

TAILERRAK

1) **Gaixotasuna onartu**
2) **Mastektomia eta protesiak**
3) **Kimioterapia eta Erradioterapia**
4) **Hormonoterapia**
5) **Amatasuna**
6) **Normaltasunera itzuli**

Tailerren egitura

- Gaixoarentzako informazioa
- Hasierako galdera-sorta anonimoa
- Farmaziako farmazialari batek emandako atal teorikoa
- Bertaratutakoen zalantzen ebazpena
- Gaixoen bizipenak
- Bukaerako galdera-sorta anonimoa.
- Gogobetetze-galdeketa anonimoa

Ekimen honekin, farmazialari komunitarioa gertuko eta fidagarria den osasun agente batean bihurtzen da bularreko minbizia duten gaixoentzako.

Farmacia Clínica

DONOSTIAKO GROS FARMAZIA KOMUNITARIOEN ETA LEHEN MAILAKO ARRETAKO PROFESIONALEN ARTEKO KOMUNIKAZIO PROGRAMA

Sefac Kongresuan euskerazko komunikazioa aurkeztu zuten Ane Otaegui eta bere taldeak

BILBAO 2020 VIRTUAL
IX CONGRESO NACIONAL DE FARMACÉUTICOS COMUNITARIOS
II REUNIÓN INTERNACIONAL DE FARMACÉUTICOS COMUNITARIOS
#SEFACVIRTUAL2020
Ezina Ekinez Egina
Haciendo lo difícil consigues lo imposible
19-22 OCTUBRE 2020 | SEFAC
congreso-sefac.org

DONOSTIAKO GROS AUZOKO FARMAZIA KOMUNITARIOEN ETA LEHEN MAILAKO ARRETAKO PROFESIONALEN ARTEKO KOMUNIKAZIO-PROGRAMA

Otaegui-Arrazola, Ane[1], Cilveti-Sánchez, Usua[2], Aierbe Kanbra, Aitziber[3], Preciado Barahona, María Jesús[3], Antolín Vicente, Mónica[3], Beldarrain Hernández, Lorena[3], González Urdampilleta, Leire[3], Prieto Esteban, María Irene[3], Oñatibia-Astibia, Ainhoa[4], Goyenechea Soto, Estibaliz[4].

1 Ane Otaegui Arrazola farmazia. Donostia. Gipuzkoa, 2 Usua Cilveti Sánchez farmazia. Donostia. Gipuzkoa, 3 Groseko Osasun Zentroa. Donostia. Gipuzkoa, 4 Gipuzkoako Sendagaigileen Elkartea. Donostia. Gipuzkoa.

JUSTIFIKAZIOA

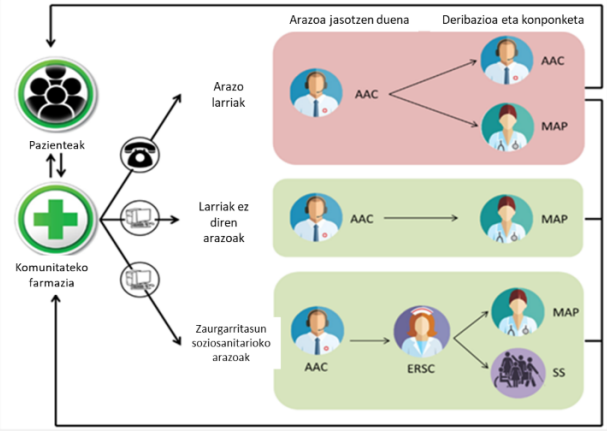
Osasun arloko profesionalen arteko elkarlanaren beharra ezinbestekoa da osasun sistemaren kalitatea eta eraginkortasuna hobetzeko. Horrela sortu zen lehen mailako arretako profesionalen eta komunitateko farmazien (KF) arteko komunikazio-programa, Donostiako Farmazia Lagunkoieko Programaren barruan.

HELBURUA

Komunikazio-bideak ezartzea, jarduteko protokolo adostuekin, Donostiako Gros auzoko KFen eguneroko jardunean gerta daitezkeen egoeren aurrean.

MATERIALA ETA METODOA

Urtebeteko azterlana (2019ko urtarrila – 2019ko abendua), Donostiako Gros auzoko osasun-zentroan eta auzo bereko 9 KFn egina.



1. irudia: Ikerketaren flujograma.

KFk arazo bat identifikatzen du pazientearen medikazioan, lehen mailako arretako profesionalekin komunikatzea eskatzen duena. KF harremanetan jartzen da dagokion osasun-zentroko bezeroaren arretarako eremuarekin (AAC), posta elektronikoz, premiazkoak ez diren kasuetan, eta telefonoz, premiazkoak diren kasuetan. AAC izango da lehen mailako arretako medikuari, lehen mailako arretako erizainari edo langile soziosanitarioei irtenbidea emango diena. KFk komunikazioa erregistratzen du: data, komunikazio mota, planteatutako arazoa eta nori jakinarazi zaion, eta azkenik, ebatzi den ala ez.

EMAITZAK

Osasun-zentroak 9 farmazien 312 jakinarazpen jaso ditu (36,9 komunikazio /farmaziko). Gehien erabili den bidea posta elektronikoa izan da (n = 271, %86,9); beraz, komunikazio gehienak ez dira premiazkoak izan. Arazo gehienak konpondu dira (n = 282, % 90,4).

Arazoa konpontzeko inplikatutako pertsona medikua izan da kasuen % 91n (n = 284). Gehien jakinarazi diren arazoak hauek izan dira: sendagairik ez izatea eta behar izatea (n = 149, % 47,8) eta sendagai baten ontzi gehiago behar izatea (n = 87, % 27,9).

ONDORIOAK

Komunikazio-prozedura modu eraginkorra da medikamentuekin lotutako hainbat egoera konpontzeko KFren egunerokoan. Osasun-zentro bakoitzarekin komunikatzeko AAC erabiltzeak kontaktua errazten du etengabeko prestakuntzarako, eta ez du lehen mailako arretako profesionalen praktika eteten.

Colegio Oficial de Farmacéuticos de Gipuzkoa
Gipuzkoako Sendagaigileen Elkartea
Osakidetza
Farmacia Clínica

SENDABELARRAK: INDIKAZIO FARMAZEUTIKO ZERBITZUAREN PROTOKOLOAK

Farmazialarien Elkargo Ofizialen Kontseilu Nagusiak zenbait Sendabelar Sailetako Elkargokideren parte-hartzearekin eta Arkofarma Laborategien laguntzarekin “Sendabelarrak: Indikazio Farmazeutiko Zerbitzuaren Protokoloak” izeneko ekimena gauzatu du.

Ekimen berri honek, protokoloen bidez, Farmaziako Fitoterapiaren Dispentsazio eta Indikazio Farmazeutiko Zerbitzuak bateratu nahi ditu. Era berean, sendabelarren dispentsazioan, kalitate-, profenionaltasun- eta barne-estandarrak ezarri nahi ditu, ebidentzia zientifikoan oinarrituta.

Jarraian, astenia, nekea eta estresa arintzeko protokoloaren laburpena eta egokitzapena doakizu. Protokolo guztiak “Farmacéuticos” aldizkarian daude, baita Farmazialarien Elkargo Ofizialen Kontseilu Nagusiaren webgunean ere.

GRIPEA ETA HOTZERIA

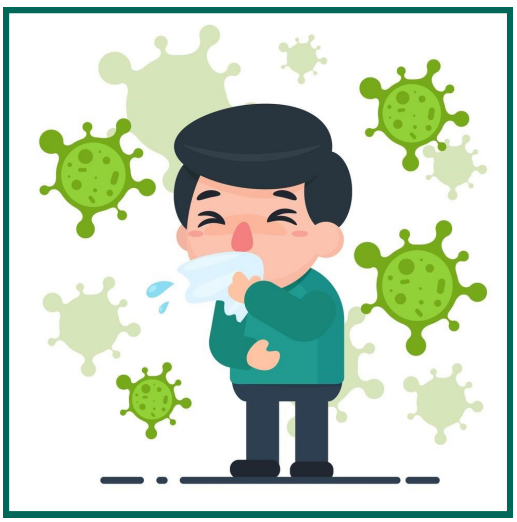
Pello Iturria Sarasibarrek itzulia

Definizioa

Gripea eta hotzeria gaixotasun arruntenetakoak eta ohikoenetakoak dira. Hotzeri arrunta, urtean, 2-4 aldiz gertatzen da helduetan, eta 6-10 aldiz haurretan.

Gripea, oro har, infekzio automugatua da, baina arrisku-populazioen mobimortalitatea handitzen du. Pertsona batetik bestera transmititzeko gaitasun handia du. Urtaroko epidemia-agerraldietan azaltzen da.

Bi infekzio horien tratamenduen helburua sintomei aurre egitea da. Gripearen kasuan, txertoa dugu prebentzio neurri eraginkorrena.



Sintomen identifikazioa

- Sukar-sindromea.
- Eztul lehorra edo produktiboa.
- Sudurreko kongestioa edo errinorrea.
- Buruko edo giharretako mina.

Medikuagana bideratzeko irizpideak

- Sukarra: 38º Z baino gehiago, edo sukarrak 48-72 ordu baino gehiago irauten badu.
- Buru-nahasmendua, lepoaren zurruntasuna, eztul kronikoa, arnasa hartzeko zailtasuna, sibilantziak, odola karkaxan, gorakoak, larruazaleko erupzioa, adenopatiak, masaileko edo kopetako mina, etab.
- Haurdunaldia, edoskitzaroa, bi urtetik beherakoak, patologia anitzeko adinekoak, paziente onkologikoak, immunodeprimituak edo konplikazioak dituzten gaixotasunak.
- Iraupena: astebete baino gehiago tratamendurik gabe edo 72 ordu baino gehiago tratamenduarekin, baina hobekuntzarik gabe.

Ebaluazioa

- Medikamentu bat hartzearekin lotutako sukarra/eztula ebaluatzea.
- Eraginkortasunik gabeko aurretiazko ekintzak.
- Bizi-ohiturak bateraezinak, bateraezintasuna eragin dezaketen medikamentuak barne.

EKINAZEA

Echinacea purpurea L. Moench.

Droga begetala: sustraia eta kanpoko sumitatea.

Osagai nagusiak: azido kafeikoaren deribatuak, alkilamidak, polisakaridoak eta glikoproteinak, deribatu poliazetilenikoak eta olio esentziala.

EMA/AEMPS indikazioa: hotzeri arruntaren sintomak arintzeko.

EMA posologia: estraktu lehorra (DER drug-extract ratio, DEE droga-estraktu erlazioa, RDE relación droga-extracto 5,5-7,5:1); nerabeak eta helduak: 40 mg 2 ordutik behin, gehienez 360 mg/egun.

AEMPS posologia: 12 urtetik gorakoak, ekinazearen sustraiaren 1500 mg hauts krioehoa, eguneko hiru hartalditan banatuta. Tratamendua ez luzatu 10 egun baino gehiago medikuaren kontrolik gabe.

Arreta-neurriak: ez da gomendatzen erabiltzea nahasmendu sistemiko progresiboak, gaixotasun autoimmuneak, immunoeskasiak, immunosupresioa eta globulu zurien sistemaren gaixotasunak daudenean.

Kontrako erreakzioak: kontrako erreakzio dermatologikoak.

Kontraindikazioak: printzipio aktiboarekiko eta Asteraceae (Compositae) familiako beste landare batzuekiko hipersentikortasuna.

Baliabide terapeutikoak

Neurri higieniko-dietetikoak indikatzea.

Tratamendu farmakologikoa: parazetamola, hantura-kontrako ez-esteroideoak (AIEE), antitusigenoak edo espektoratzaileak (eztul motaren arabera), antihistaminikoak, kortikoideak…

Fitoterapia: Echinacea purpurea L. Moench., Eucalyptus globulus Labill., Eucalyptus polybractea R.T. Baker eta/edo Eucalyptus smithii R.T. Baker, Thymus vulgaris L. eta Thymus zygis L., Pelargonium sidoides DC eta/edo Pelargonium reniforme Curt., Sambucus nigra L. Kontraindikazioak: landarearen drogarekiko edo medikamentuaren beste edozein osagairekiko hipersentikortasuna. Arreta-neurriak: haurdunaldian eta edoskitzaroan ez da segurtasunik ezarri; bestalde, disnea, sukarra edo zornekarkaxa agertzen bada, medikuari kontsultatu behar zaio.

PELARGONIOA

Pelargonium sidoides DC eta/edo Pelargonium reniforme Curt

Droga begetala: sustraia.

Osagai nagusiak: kumarina askeak eta sultato edo heterosido moduan daudenak.

EMA/AEMPS indikazioa: hotzeri arruntaren sintomak arintzeko.

EMA posologia: estraktu lehorra (DER 4-25:1). 12 urtetik gorakoak: 20 mg, egunean 3 aldiz. 6-12 urteko haurrak: 20 mg, egunean 2 aldiz.

Arreta-neurriak: hepato-toxikotasun zantzurik izanez gero, medikamentua ematea berehala eten, eta mediku bati kontsultatu.

Kontrako erreakzioak: urdail-hesteetako eragozpen arinak, sudurreko eta hortzoietako odoljario arinak, eta erreakzio alergikoak.

EUKALIPTOA

Eucalyptus globulus Labill., Eucalyptus polybractea R.T. Baker eta/edo Eucalyptus smithii R.T. Baker.

Droga begetala: hostoa eta olio esentziala.

Osagai nagusiak: olio esentziala (1,8-zineola edo eukaliptola), euglobaleak eta makrokarpaleak, azido ursolikotik eratorritako triterpenoak eta tanino hidrolizagarriak.

EMA indikazioa: hotzeriarekin loturiko eztula arintzeko.

EMA posologia: ahozko bidea; substantzia begetala birrindua. Nerabeak eta helduak, dosi bakarra: 100-200 mg, 2-5 aldiz egunean.

Infusioa: 1,5-3 g 150 ml ur irakinetan, egunean 4 aldiz gehienez. Eguneko dosia 4,5-12 g.

Inhalazioa: 3 g ur irakinetan, egunean 3 aldiz gehienez. Eguneko dosia: 3-9 g. Olio esentzialarekin egiten bada: 3-8 tanta 250 ml ur irakinetan, egunean 3 aldiz. 4-12 urte bitarteko haurrak, 2-4 tantara murriztu.

Olio esentziala: Larruazaleko erabilera: tanta batzuk/geruza fina, bularrean edo bizkarrean, 2-3 aldiz egunean.

Arreta-neurriak: 30 hilabetetik beherako haurrak, arriskua baitago zineola duten prestakinek (baita beste olio esentzial batzuek ere) laringoespasmoa eragitea

EZKAIA

Thyus vulgaris L. eta Thymus zygis L.

Droga begetala: sumitate loratua.

Osagai nagusiak: olio esentziala (timola eta karbakrola), fenol monoterpenikoak eta flabonoideak.

EMA/AEMPS indikazioa: hotzeri arruntari loturiko eztul produktiboa.

EMA posologia: helduak, ahozko bidea: dosi bakarra: 0,20-0,25 ml, 3-5 aldiz egunean. Infusioa: 1-2 g landare birrindua 150 ml ur irakinetan, 3-4 aldiz egunean. 4-12 urteko haurrak, estraktu likidoa (DER 1:2-2,5): dosi bakarra 0,5-0,9 ml, 3-5 aldiz egunean, edo estraktu likidoa (DER: 1:1,5-2,4): dosi bakarra 7-10 ml, 2-3 aldiz egunean. Olio esentziala: larruazaleko erabilera: kontzentrazioa gehienez % 10ekoa; egunean gehienez 3 aldiz eman.

Arreta-neurriak: 30 hilabetetik beherako haurrak, olio esentzialak laringoespasmoa eragiteko arriskuagatik.

Kontraindikazioa: printzipio aktiboarekiko edo Lamia-

INTSUSA

Sambucus nigra L.

Droga begetala: loreak.

Osagai nagusiak: flabonoideak, triterpenoak, esterolak, fenolak eta olio esentziala.

EMA indikazioa: hotzeri arruntaren lehen sintomak arintzeko.

EMA posologia: infusioa: 2-5 g landare birrindua 150 ml ur irakinetan, egunean 3 aldiz.