

INFORMAZIONI DA FORNIRE AI PAZIENTI IN CASO DI UNA ONDATA DI FREDDO, SECONDO L' AGENZIA FRANCESE DI SICUREZZA SANITARIA DEI PRODOTTI PER LA SALUTE (AFSSAPS).

Domande e risposte per i pazienti

1. Cosa si rischia quando fa freddo?

In ambito urbano, un episodio di grande freddo può comportare delle modifiche fisiologiche e soprattutto un aggravamento delle patologie cardiovascolari e respiratorie.

Accidenti acuti, come ipotermia e geloni, si verificano eccezionalmente, in particolare quando la temperatura è inferiore a -5°C e/o in presenza di venti gelidi.

2. Cosa succede nell'organismo quando fa freddo?

Quando la temperatura ambiente è bassa, essa porta ad una diminuzione della temperatura corporea al di sotto dei 37°C . L'organismo si attiva per adattarsi, aumentando la temperatura corporea. Si assiste a vasocostrizione cutanea (riduzione della circolazione sanguigna sulla superficie cutanea) ed aumento del ritmo cardiaco. L'organismo mette anche in atto dei meccanismi di produzione di calore, aumentando l'attività muscolare (brividi, attività fisica) ed il metabolismo.

3. Perché i farmaci possono rappresentare un rischio?

Premesso che non esistono dati certi, alcuni farmaci potrebbero essere responsabili dell'insorgenza o del peggioramento di sintomi legati al freddo interagendo con i meccanismi di adattamento al freddo dell'organismo.

Essi possono contribuire a peggiorare gli effetti del freddo inficiando il normale funzionamento dei meccanismi di riscaldamento del corpo. Perché il corpo si riscaldi, è necessario che il sistema nervoso centrale possa scatenare i brividi e ridurre la circolazione sanguigna sulla superficie cutanea.

Altri farmaci possono aggravare gli effetti del freddo alterando lo stato di vigilanza e quindi la capacità del soggetto di avviare le misure adeguate per proteggersi dal freddo.

4. Quali farmaci possono rappresentare un rischio?

Alcuni farmaci possono aggravare i pericoli di una prolungata od eccessiva esposizione a forte freddo.

Questo effetto sarà la conseguenza del loro meccanismo d'azione nell'organismo.

Certi farmaci devono essere sottoposti ad un più stretto controllo:

- farmaci usati nel trattamento di patologie cardiovascolari: alcuni medicinali, usati nel trattamento dell'ipertensione e dell'angina pectoris, alterano i meccanismi di difesa contro il freddo. Altri, come la digossina, possono subire una distribuzione meno efficiente nell'organismo;
- i farmaci prescritti per trattare l'ipotoroidismo possono contrastare l'aumento del metabolismo, necessario per produrre calore;
- alcuni farmaci per il trattamento dell'epilessia possono subire una distribuzione meno efficiente nell'organismo;
- farmaci per il trattamento di disturbi neuropsichiatrici: i neurolettici possono alterare il termostato centrale dell'organismo e provocare un abbassamento della temperatura; i sali di litio possono diventare tossici in caso di ridotta eliminazione;
- la maggior parte dei farmaci che agiscono sullo stato di vigilanza può alterare la capacità di difendersi dal freddo (sedativi, ipnotici).

Attenzione: nella maggior parte dei casi, un farmaco non rappresenta, da solo, un rischio, soprattutto se ben utilizzato. Altri fattori di rischio, come le patologie o l'età avanzata, devono essere presi in considerazione (vedi domanda 5). È bene chiedere consiglio al proprio medico o farmacista (vedi domanda 6).

5. Il farmaco è il solo fattore di rischio?

Diversi fattori individuali o situazioni a rischio possono limitare la capacità dell'organismo di regolare la sua temperatura. Alcuni sono legati allo stato di salute.

Si rischia di sopportare più difficilmente il freddo esterno in caso di:

- presenza di una o più patologie, specialmente patologie cardiache, respiratorie (inclusi asma ed infezioni respiratorie), neuropsichiatriche ed ipotiroidismo;
- età avanzata o troppo giovane (da 0 a 2 anni);
- presenza di sequele di accidenti cerebrovascolari, traumi cerebrali o midollari, paralisi maggiori;
- malnutrizione;
- lavoro all'aria aperta.

6. Cosa bisogna fare per prepararsi ad episodi di grande freddo?

Se si stanno assumendo farmaci e se si hanno dei fattori di rischio (vedi domanda 5), si raccomanda di :

- rispettare i consigli e le misure preventive per affrontare il grande freddo: vestirsi in maniera adeguata, coprire testa e mani, evitare le esposizioni prolungate, evitare gli sforzi bruschi ed i passaggi repentini dal caldo al freddo;

- non assumere farmaci senza il parere del medico, anche se venduti senza ricetta;

- consultare il medico se non si effettuano dei controlli regolari, soprattutto quando l'ultima visita risale a diversi mesi prima. Il medico provvederà ad un esame completo e, se necessario, aggiusterà la terapia. È bene che il paziente legga attentamente il foglietto illustrativo dei farmaci assunti e che rispetti lo schema posologico così come indicato dal medico e dal farmacista.

I pazienti devono chiedere consiglio al medico o al farmacista per qualsiasi problema, soprattutto se non capiscono bene il foglietto illustrativo, se avvertono dei sintomi inusuali, se non sanno a cosa servono i farmaci che assumono, se hanno dei dubbi nell'assumere farmaci. Quando si consulta il medico od il farmacista, si deve riferire loro l'elenco dei farmaci assunti abitualmente o sporadicamente, su prescrizione o meno.

7. Cosa non si deve fare in vista di un episodio di grande freddo?

In nessun caso il paziente può decidere di sua iniziativa di interrompere il trattamento, perché questo lo esporrebbe a delle complicazioni, sia legate alla brusca sospensione della terapia, sia legate alla patologia non più trattata. È bene inoltre evitare il consumo di bevande alcoliche, perché l'alcol aggrava l'ipotermia.

8. Come conservare i farmaci in caso di un episodio di grande freddo?

In linea generale, se sulla confezione del farmaco non sono indicate le condizioni di conservazione, il farmaco si considera stabile e quindi non devono essere prese particolari precauzioni.

Nel caso siano presenti sulla confezione delle particolari precauzioni di conservazione, si applicheranno le seguenti raccomandazioni:

- i farmaci conservati a temperatura ambiente (che non presentano particolari avvertenze sulla loro conservazione) o da conservare a temperature inferiori a 25 o a 30°C possono essere conservati nella loro collocazione abituale (armadietto dei medicinali). Come regola generale, una esposizione al freddo per qualche giorno non degrada questi farmaci;

- i farmaci per i quali è indicata una conservazione tra +2 e +8°C devono essere riposti nel frigorifero. Il freddo quindi non avrà conseguenze sulla loro stabilità se le condizioni di conservazione sono accuratamente osservate e se il farmaco è estratto dal frigorifero qualche minuto prima dell'uso;

- in caso di farmaci che riportano le seguenti diciture "non refrigerare" o "non congelare", tali particolari indicazioni devono essere rispettate. In caso di mancata osservanza, questi farmaci possono subire un processo di degradazione. Per esempio, non devono essere messi in frigorifero (o esposti ad una temperatura esterna inferiore a 8°C) i farmaci che contengono idrocortisone o lattulosio. Allo stesso modo, non devono essere congelati vaccini ed insuline;

- in caso di congelamento accidentale: alcuni farmaci possono essere alterati dal congelamento o dallo scongelamento. È necessario verificare l'aspetto del prodotto all'apertura per valutare un'eventuale degradazione. Chiedere consiglio al medico o al farmacista.

Tutti i farmaci la cui confezione è stata alterata dal congelamento (in particolare in presenza di involucro scoppiato) non devono essere usati.

9. Come trasportare i farmaci in caso di grande freddo?

Tutti i farmaci, fatta eccezione per quelli abitualmente conservati in frigorifero, devono essere trasportati in un imballaggio isotermico non refrigerato.

I farmaci abitualmente conservati in frigorifero devono essere trasportati in un imballaggio isotermico refrigerato (per esempio munito di un accumulatore di freddo), badando che non si congelino.

Bisogna stare attenti a non esporre i farmaci per lungo tempo, anche dentro un imballaggio isotermico, a delle basse temperature come quelle del bagagliaio o dell'abitacolo della automobili esposte per molto tempo al freddo.

Questo documento è stato validato dalla Commission d'Autorisation de Mise sur le Marché n°372 del 9 Dicembre 2004