

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!



יום הרוקחות בישראל 11.11.2021

משרד  
הבריאות

### עובדות חשובות לגבי טיפול תרופתי

הבנת הטיפול התרופתי שלך והמשמעויות שלו חשובים להצלחת הטיפול והבנת האפשרויות העומדות בפניך.

חשוב לא להתבייש ולשאול שאלות את הרוקח/ת לגבי התרופות והטיפול התרופתי. הבנת הטיפול ומשמעויות לקחת התרופות עוזרים לדעת למה לצפות והאם נדרש לעשות שינוי בנטילת התרופות או באורחות החיים. ידע זה חיוני להפקת התועלת המרבית מהטיפול התרופתי שלך, צמצום התופעות הפחות רצויות ממנו ולשיפור מצב בריאותך.

השיחה עם הרוקח/ת חייבת להיות דו סטרית: שני הצדדים צריכים להקשיב, לשאול שאלות ולתת מידע.

הרוקח/ת עשויה/ה לשאול אותך לגבי מידע רלבנטי הקשור להיסטוריה רפואית שלך, לפרט לגבי תרופות ולענות על שאלות. את/ה צריך/ה לשאול שאלות, להביע חששות במידה וקיימות ולספק מידע רפואי, כולל הרגלי חיים ולייף-סטייל, תוספי מזון וויטמינים שאת/ה נוטל/ת. כדאי למצוא את הרוקח/ת שאת/ה מרגישה נח לשוחח איתו/ה ושיקדיש את הזמן לענות לך באופן מיטבי.

ריכזנו עבורכם רשימה של סוגיות חשובות בעולם התרופות. במידה ונדרש מידע נוסף או מידע ספציפי לגבי מצבך או הטיפול התרופתי אותו הינך נוטל/ת מומלץ להיוועץ עם רוקח/ת.

### 1. איך קוראים לתרופה?

לכל תרופה יש שני שמות: השם הנפוץ הנקרא גם שם גנרי (נקרא על שם החומר הפעיל), ושם מסחרי. השם המסחרי הינו השם תחת יצרן ספציפי של המוצר. יכולים להיות מספר תכשירים מסחריים בשמות שונים (יצרנים שונים) לאותה תרופה. שני השמות (הגנרי והמסחרי) מופיעים על גבי האריזה. השם הגנרי יהיה בדרך כלל זהה במדינות שונות, אך בשמות מסחריים אחרים.

### 2. כיצד עלי ליטול את התרופה?

מה הזמן (שעה ביום) הטוב ביותר שיש לקחת את הטיפול?

חלק מהתרופות חייבות להילקח בדיוק באותה שעה כל יום. תרופות אחרות אפשרי לקחת לא בדיוק באותה שעה. ישנן תרופות שלא מומלץ לקחת בערב כי הן מעוררות וישנן תרופות שעלולות לפגוע בערנות ולכן מומלץ לקחת לפני השינה.

האם התרופה צריכה להינטל עם מזון?

ישנן תרופות שמומלץ לקחת על קיבה ריקה על מנת לא לפגוע בספיגה ואילו ישנן תרופות שמומלץ לקחת דווקא אחרי אוכל על מנת למזער תופעות לוואי של מערכת העיכול. יש תרופות שיש ליטול עם מזונות מסוימים, כגון מזונות שומניים, אחרות יש להימנע ממזונות מסוימים כגון מיץ אשכוליות המכיל אנזימים שעלול לגרום לפירוק התרופה, או חלב המכיל סידן שעלול לגרום לעיכוב בפעילות התכשיר.

במידה והתרופה נלקחת דרך הפה האם ניתן לכתוש אותה או לחצות את הכדור?

ישנן תרופות אשר אסור לחצות או לכתוש משום שהן מצופות בציפוי מיוחד המאפשר לכדור לשמור על התכונות הפיזיקליות הנדרשות לשם ספיגה נאותה בגוף או שחרור של החומרים הפעילים כנדרש.

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!



יום הרוקחות בישראל 11.11.2021



### 3. לאילו תופעות לוואי לצפות בעת נטילת התכשיר?

תופעות לוואי הן השפעות בלתי רצויות של תרופות. כל התרופות עלולות לגרום לתופעות לוואי, אך לא כולם צפויים לחוות אותן. חשוב להכיר את תופעות הלוואי האפשרויות של תרופות כדי להיערך ולהגיב בהתאם במידה ויזופיעו. כדאי לשאול לגבי תופעות לוואי שכיחות שהן בדר"כ פחות חמורות, ותופעות לוואי חמורות שעלולות להיות בעלות השפעה גדולה יותר ולעיתים מצריכות טיפול רפואי.

חשוב לקבל מידע לגבי תופעות לוואי מהרוקח במיוחד לאור העובדה שתופעות לוואי מופיעות לעיתים על רקע תגובה עם תרופות נוספות שהינך נוטל/ת. מידע אודות תופעות לוואי אפשר לקבל גם בעלון לצרכן המצורף לתכשיר.

### 4. מה יקרה אם לא אטול את התרופה?

את/ה/ עשויה/ה להחליט שלא ליטול את התרופה אותה רשם הרופא מכיוון שאינך רוצה לחוות את תופעות הלוואי, או שאינך יכול/ה להרשות לעצמך את הטיפול או שאת/ה תחלים/י בכל מקרה.

אמנם זוהי זכותך, אולם חשוב לדעת כי מצבים רפואיים מסוימים עלולים להחמיר ולגרום לנזק קבוע ובלתי הפיך. בתרופות שונות לא מומלצת הפסקה פתאומית של הטיפול משום שהפסקה כזאת תביא לתגובות לא רצויות. במקרים אלה יש לקבל הנחיות להפסקה הדרגתית של הטיפול.

5. כמו כן לעיתים מרגישים להרגיש טוב, ומפסיקים ליטול את התכשיר לפני שמסתיים פרק הזמן שנרשם על ידי הרופא. בתרופות מסוימות כגון אנטיביוטיקות הדבר עלול להיווצרות עמידות ולפגיעה עתידית ביעילות הטיפול במידה ותזדקק לטיפול שוב. לפיכך בכל מקרה ואינך מעוניינת/ת להמשיך בטיפול כפי שנרשם, חשוב להתייעץ על כך עם הרוקח **איך אדע שהתרופה פועלת ותוך איזה פרק זמן תורגש השפעתה?**

תרופות מסוימות כולל משככי כאבים, עובדות לעיתים באופן מידי (מספר שעות לאחר נטילה). אולם לגבי אחרות כמו נוגדי דיכאון, עשוי לעבור פרק זמן של מספר שבועות עד שניתן לחוש הבדל.

לפני התחלה של תרופה חדשה מומלץ לברר תוך איזה פרק זמן צפוי שיורגש שינוי.

### 6. איזה אפשרויות טיפול אחרות קיימות עבורי?

בעת קבלת ההמלצה על הטיפול מהרוקח או הרופא יתכן וישנן מספר אפשרויות טיפול למצבך. חלקן יכולות להיות יעילות יותר אך בעלות סיכון רב יותר בתופעות לוואי. חשוב לשקול את התועלת מול הסיכון עבור כל אפשרות. גם עלות התכשיר עשויה להשתנות:

על הרוקח להתריע בפני המטופל/ת במידה וקיימות חלופות גנריות (תכשירים המכילים את אותו חומר פעיל באותו ריכוז ומינון, עבור אותה התוויה, אך של יצרן אחר) זולות יותר.

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!



יום הרוקחות בישראל 11.11.2021

### 7. האם יש תרופות שצריך להפסיק לפני בדיקות?

תרופות ותוספי תזונה עלולים להשפיע על תוצאות בדיקות על ידי הפרעה בתהליך האנליזה או השפעה על חומרים נוספים בגוף הנמדדים בבדיקה. למשל סטרואידים משפיעים על מאזן הסוכר בגוף ובבדיקות דם תתקבלנה תוצאות של רמות הסוכר בצום גבוהות מהנורמה.

גם אנטיביוטיקות בקבוצת הצפלוספורינים עלולות לגרום לתוצאות המצביעות על רמות גבוהות שגויות של גלוקוז בדם.

קוטרמוקסזול (סוג של אנטיביוטיקה) עלול לגרום לתוצאות גבוהות ושגויות של INR (מדד המשמש לבדיקת קרישה), וישנן אנטיביוטיקות מסוימות אשר עלולות לגרום לתוצאות חיוביות שגויות לאופיאטים.

תרופות פסיכותרופיות מסוימות כגון נוגדי דכאון ואנטיפסיכוטיים עלולים לגרום לתוצאות בדיקות הריון חיוביות שגויות.

חשוב לברר מול הרוקח/ת האם התרופות ותוספי התזונה אותם הניח נטל/ת עלולים להשפיע על ביצוע בדיקות ואיזה.

### 8. כמה מילילטר יש בכפית?

נפח מדויק של תרופות הניתנות בסירופ או תמיסה יש למדוד עם מזרק או בכפית/כוסית המצורפת לאריזת התרופה, זאת משום שכלי מדידה ביתיים אינם מדויקים וקיימת שונות גדולה בגדלים השונים.

### 9. האם מותר לגזור בליסטר ואם כן כיצד?

הוצאת התרופה מאריזת האלומיניום (בליסטר) חושפת את התרופה ללחות, ועלולה לפגום ביציבותה. על גבי הבליסטר- מגש המתכת בו מאוכסנים הכדורים – מצויינים תאריך התפוגה והאצווה של התכשיר. מידע זה חיוני לצורך מעקב אחר תאריך התפוגה של התכשיר וכן במידה ונדרש לאסוף את התכשיר מהשוק על רקע פגם המתגלה לאחר השיווק ועלול לפגוע באיכות ובטיחות התכשיר. גזירה של בליסטר עלולה לגרום לפגיעה במידע הנדרש.

### 10. איבדתי את העלון של התכשיר, היכן אוכל למצוא מידע מהימן על תרופות?

עלונים של התרופות מפורסמים במאגר התרופות של משרד הבריאות  
<https://data.health.gov.il/Drugs/index.html#!/byDrug>

שם כל העלונים המעודכנים זמינים לקריאה ולהדפסה.

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!



יום הרוקחות בישראל 11.11.2021

### 11. לאחרונה התחלתי להשתמש במוצרי קנביס, האם צפוי כי יהיה לנ"ל השפעה על תרופות המרשם שאני נוטל?

קנאביס פעיל במערכות רבות ובמנגנונים שונים בפריסה רחבה בגוף אשר לא כולם ידועים עדיין. המידע על שילוב בין קנאביס רפואי לתרופות עדיין אינו מבוסס מספיק על מחקרים רפואיים מסודרים.

אין להפסיק את התרופה או לשנות את מינונה ללא התייעצות עם הרופא המטפל. ישנם מצבים בהם נדרש לבצע התאמה טובה יותר של מינוני התרופות הוותיקות או במינון הקנביס. לדוגמא: מטופלים הנוטלים תרופות הפועלות במערכת העצבים המרכזית כגון משככי כאבים, תרופות הרגעה, תרופות להשריית שינה, עשויים לחוות חיזוק של תחושת עייפות, סחרחורת, חוסר שווי משקל ואף עליה בסיכון לדיכוי נשימתי (אופייטיים). מטופלים הנוטלים תרופות להרפיית שריר ובנזודיאזפינים עלולים לחוות חולשה בשרירים וסכנה לנפילות.

תרופות להורדת לחץ דם – שילוב עם קנביס עלול לגרום לירידה חדה בערכים עד כדי צורך בהתאמת תרופות מחדשת.

בנוסף, לחלק מתוצרי הפירוק של קנאביס בכבד יש גם השפעה פרמקולוגית באופן המגביר את פעילות אנזימי הכבד ועלול לגרום לעליה/ ירידה בקצב פירוק תרופות אחרות.

### 12. האם תוקף התרופה מתקצר לאחר פתיחתה?

תאריך התפוגה המצוין על גבי האריזה מתייחס לתאריך האחרון שבו ניתן להשתמש בתכשיר אם טרם נפתח. ישנן תרופות מסוימות אשר לאחר פתיחתן תוקפן מתקצר. המידע הרלוונטי לגבי קיצור חיי המדף של התרופה לאחר הפתיחה יופיע על גבי אריזת התרופה אם כמצוין בעזרת סמל של אריזה ובתוכו מספר המציין את מספר החודשים שהמוצר טוב לשימוש מרגע פתיחת האריזה או במלל ברור.

קיצור חיי המדף (תאריך התפוגה) לאחר הפתיחה מתקיים בדרך כלל בתרופות נוזליות כגון סירופים וטיפות, כדורים בתפזורת בבקבוק (לא בליסטר), בליסטרים הנמצאים בתוך אריזות אלומיניום, תמיסות לאינהלציה וטיפות עיניים.

אין להשתמש בתרופה מעבר לתאריך התוקף המקורי הרשום על האריזה גם אם ניתן להשתמש בתרופה תקופה מוגדרת מהפתיחה.

חשוב לרשום על גבי האריזה באופן ברור את מועד פתיחת התרופה על מנת למנוע שימוש בתרופות פגות תוקף.

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!



יום הרוקחות בישראל 11.11.2021



### 13. אני מתקשה בבליעת כדורים, האם אפשרי לחתוך או לכתוש את התרופה?

מי שמתקשה לבלוע כדורים מומלץ כי יחפש צורת מתן של התכשיר בסירופ או תמיסה, ככל שהם זמינים. יש לציין כי קיימים מרכזי הכנות רוקחיות המתמחים בכך, ורצוי לפנות אליהם לברר לגבי אפשרות קבלת פורמולציה נוזלית. חשוב לדעת שלא כל כדור ניתן לחציה אם לא קיים, ואין ברירה אלא לחתוך/לכתוש, הנה מספר דברים שחשוב לדעת:

- **פס החציה** מעיד בדרך כלל כי ניתן לחצות את הכדור. כדאי לפעול על פי הנחיות הרוקח או ההנחיות הכתובות בעלון לצרכן. חשוב ליטול את כל הטבליה ולא רק חצי ממנה כאשר לא מצויין במפורש בעלון.
- **כתישה** – גם אם ניתן לחצות את הכדור, לא בהכרח ניתן לכתוש.
- **השתמשו באביזרים מתאימים** - השתמשו באביזר ייעודי הנמכר בבתי מרקחת לצורך חציית כדורים או כתישתם.
- **פורמולציות אסורות לחיתוך** - אסור לחצות פורמולות בשחרור איטי או מושהה. לעיתים המונח "SR" או "XR" או "XR" יתווסף לשם התרופה, המונחים האלו מעידים על שחרור שכזה
- **חציה בסמוך לנטילה** - לעולם אל תחצו מראש טבליות. חצו קרוב ככל שניתן למועד הנטילה, על מנת לשמור על טריות התכשיר.
- **ציפוי קשיח/עבה** - לעולם אל תחצו כדורים שהציפוי שלהם עבה או קשיח – הם לא יחתכו בצורה סימטרית, ועלולים להתפורר לחלקיקים בזמן החיתוך. חשוב להדגיש כי במקרים אלו לא ניתן לוודא את כמות החומר הפעיל הקיים בחתיכה שהתקבלה מהטבלייה.
- **ציפוי אנטרי** - לעולם אל תחצו כדורים שהציפוי שלהם מגן מפני ישיר של תכולתם עם הקיבה ("ציפוי אנטרי"). חציה או כתישה שלהם עלולה לגרום לגירוי הקיבה, פגיעה בחומר הפעיל בסביבה החומצית של הקיבה, או להפחתה ניכרת של ספיגתם. כדי לדעת האם הכדור מצופה בציפוי שכזה, בדקו בעלון לצרכן או היוועצו עם הרוקח/ת.
- **צורה/גודל בעייתיים** - אל תחצו טבליות שצורתם אינה סימטרית או שגודלם קטן במיוחד – תכונה זו מקשה על חיתוך שווה של הטבליה.
- **קפסולות** - במקרה של קפסולות, יש להיוועץ ברוקח האם ניתן לפותחן, וליטול את האבקה הפנימית, ובמידה שניתן – כיצד ליטול ביחד לארוחה.

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!

יום הרוקחות בישראל 11.11.2021



### 14. רגישות לגלוטן ותרופות

קיימות מעט תרופות המכילות עמילן חיטה/גלוטן. הדבר רלבנטי רק לתרופות הניתנות דרך הפה ולא בכל צורת מתן אחרת. חולי ציליאק יכולים לצרוך תרופות המכילות עד 100 ppm גלוטן גם אם התרופה נלקחת באופן קבוע מידי יום, בניגוד לכמות המותרת במזון שהינה 20 ppm.

בשנת 2016 פירסם אגף הרוקחות חוזר בנושא "תכשירים רפואיים וגלוטן", "שאליו מצורפת כנספח רשימה של תרופות המכילות גלוטן / עמילן חיטה.

[https://www.health.gov.il/hozer/DR\\_20357216.pdf](https://www.health.gov.il/hozer/DR_20357216.pdf)

בפברואר 2020 פרסם ארגון עמותות הצליאק האירופאי (AOECS) מסמך המבהיר כי כל התרופות הנמכרות בשוק האירופאי מכילות גלוטן פחות מ-100 PPM ולכן נחשבות בטוחות לשימוש עבור חולי הצליאק.

### 15. מאיזה גיל מותר לקנות תרופות לבד?

הוראות החוק אינן מתירות אספקת תרופת מתחת לגיל 16.

החשיבות של גיל רכוש ומקבל התרופות מהרוקח היא על מנת לוודא כי מתקיים השיח הנדרש בין הרוקח למקבל התרופות על מנת להבטיח ניפוק התכשירים הנכונים והמתאימים לצרכים של המטופלים. רק כך ניתן לוודא קבלת טיפול תרופתי איכותי, בטיחותי ויעיל.

חשוב לציין כי ישנן תרופות מסוימות אשר על פי החוק ניתנות לניפוק רק לגיל 18 ומעלה.

### 16. אבדה לי האריזה של התרופה הכרונית שלי והרופא אינו זמין, מה עושים?

החוק בישראל מאפשר לרוקח לנפק תכשיר מרשם למטופל ללא צורך במרשם חתום מראש כאשר עולה צורך מידי ודחוף כמפורט בנוהל

<https://www.health.gov.il/Services/educ/Pages/Pharmacist154.aspx>

### 17. קניתי תרופה והתחרטתי האם אפשרי להחזיר את התרופה?

איכות התרופות מושפעת בין היתר מתנאי האחסון שלהם. לשם שמירה על בריאות הציבור תוך הקפדה על איכות התרופות המנופקות לאוכלוסייה. משרד הבריאות אוסר על החזרת תרופות לבית מרקחת לאחר שהמטופל עזב את בית המרקחת זאת על מנת למנוע מכירה של תכשיר שלא ניתן לקבוע כי אוסן בתנאים מתאימים ולפיכך לא ניתן להבטיח את איכותו עד סוף חיי המדף (תוקף).

## יעוץ רוקחי - זה הכרחי!

אין מה להילחץ - מומלץ לבוא להתייעץ!



יום הרוקחות בישראל 11.11.2021



### 18. מה ההבדל בין קרם למשחה?

קרם הוא על בסיס מים וספיגתו דרך העור מהירה, הוא נעים על העור ונשטף בקלות במים. משחה היא שומנית מכיוון שהינה על בסיס שמן וספיגתה דרך העור איטית ופחות נעימה. יתרונה של המשחה השמנונית הוא שהיא נשארת יותר זמן על העור, אוטמת אותו ויוצרת שכבת מגן. במצבים של עור לח או רטוב - קרם יתאים יותר. אך במצבים של עור יבש משחה תיתן מענה לשמירה על לחות וספיגה איטית של החומר הפעיל לאורך זמן. חשוב להדגיש שהמשחה עצמה אינה מחזירה לחות לעור, אלא מונעת איבוד נוזלים והחמרה במצב היובש. על מנת להחזיר את הלחות לעור, מומלץ לשלב לסירוגין גם טיפול בקרם או תחליב לחות.

### 19. ירדתי במשקל לאחרונה, האם עלי לגשת לרופא לעדכן את מינוני התרופות שלי?

ירידה במשקל גורמת לצמצום נפח איברים בגוף, שינוי באחוזי שומן, שינוי ברמות חלבון בדם ואף יכולה להשפיע על מאזן אלקטרוליטים, ויטמינים וברזל בגוף. ישנן תרופות אשר פעילותן עלולה להיות מושפעת משינויים אלו וישנן תרופות אשר לא תושפענה. בנוסף, ירידה משמעותית במשקל יכולה לשנות מצבים רפואיים כגון סוכרת, שומנים בדם ויתר לחץ דם. היוועץ/י עם הרוקח האם נדרש לגשת לרופא לעדכון מינוני התרופות.

### 20. למה הכוונה לקחת תרופות על בטן ריקה?

ללקחת תרופה על בטן (קיבה) ריקה או מלאה יכולה להיות השפעה על קצב הספיגה של התרופה בגוף או על הופעת תופעות לוואי ועוצמתן. כאשר ההנחיה היא לקחת התרופה על בטן ריקה, המשמעות היא שיש לקחת את התרופה שעה לפני שאוכלים או שעתים אחרי האוכל. לדוגמא:  
אם את/ה אוכלת/ת ארוחת בוקר ב 8:00 יש לחכות ל 09:00 לפני שנוטלים את התרופה.  
או שאפשר ליטול את התרופה בשעה 8:00 להמתין שעתים אחר כך ואז לאכול. בשני המקרים הקיבה תהיה ריקה מספיק כדי שהתרופה תפעל את פעולתה.

מסמך זה הוכן ב-11.2021