

GUIDA SICURA

EFFETTI DEI FARMACI ALLA GUIDA

obiettivo
2010
un traguardo
per la vita



SE ASSUMI FARMACI INFORMATI PRIMA DI METTERTI AL VOLANTE

L'assunzione di alcuni farmaci può causare disturbi alla tua lucidità mentre guidi. Prima di metterti al volante chiedi al tuo medico o al tuo farmacista se i farmaci che stai assumendo possono avere controindicazioni per la guida



assofarm
FARMACIE - COMUNALI
AZIENDE E SERVIZI
SOCIO-FARMACEUTICI



Automobile Club d'Italia



assofarm
FARMACIE - COMUNALI
AZIENDE E SERVIZI
SOCIO-FARMACEUTICI

GUIDA SICURA

Come ogni anno eccoci all'appuntamento con le nostre guide.

La scelta di quest'anno si è orientata alla :

"guida con cura" effetti dei farmaci alla guida

Il progetto si inserisce in una campagna di sensibilizzazione su un problema spesso sottovalutato che causa centinaia di vittime sulle nostre strade. Purtroppo l'Italia è ai primi posti di questa triste graduatoria.

Molte volte l'influenza dell'assunzione di farmaci sulla capacità e l'attenzione del guidatore è spesso sottovalutata o non conosciuta.

Da queste considerazioni si evidenzia l'importanza di un adeguato consiglio da parte del medico o del farmacista che da sempre rappresentano il punto di riferimento per domande e dubbi in materia di salute.

Questa piccola pubblicazione non vuole e non deve sostituirsi al loro lavoro ma si pone l'obiettivo di sensibilizzare la Vostra attenzione su alcuni effetti negativi legati all'assunzione di alcune categorie di farmaci durante la guida.

Nell'anno "dedicato alla sicurezza alla guida" noi dell'Azienda Farmaceutica dell'Aquila in collaborazione con ASSOFARM e ACI, abbiamo realizzato questo opuscolo con la speranza che possa essere gradito e soprattutto che sia uno stimolo ad una riflessione su un problema così scottante e di attualità.

Auspichiamo inoltre che attraverso questa guida si sensibilizzi il nostro Ministero della Salute, Farminindustria (associazione che raggruppa le aziende farmaceutiche presenti sul nostro territorio Nazionale), le Società Scientifiche, le Associazioni di Categoria e tutte le autorità

competenti in materia di salute, arrivando anche in Italia, a stampare sulle confezioni dei farmaci, che provocano sonnolenza un pittogramma specifico, (per esempio il disegno con una macchinina barrata da cui si riconosca con immediatezza la non compatibilità con la guida) così come avviene in numerosi paesi europei.



L'Assofarm, Federazione delle Farmacie Comunali, rappresenta e cura gli interessi di oltre 1.500 farmacie raggruppate in oltre 300 Aziende, Società o Consorzi impegnate in attività educative in materia di Salute e in ambito sociale.

L'Assofarm, associata a Confservizi, aderisce all'Uefs (Unione europea farmacie sociali), promuove il primario e fondamentale diritto alla salute per il benessere del cittadino attraverso l'attività professionale svolta dalle proprie farmacie associate su tutto il territorio Nazionale.

INDICE

- Perché parlare di sicurezza alla guida?
- Guida e farmaci: non sempre compatibili
- Interazione fra sostanze
- Il colpo di sonno: guidare alla cieca?
- Vademecum della prudenza

PERCHÉ PARLARE DI SICUREZZA ALLA GUIDA?

I dati dell' Organizzazione Mondiale della Sanità evidenziano che nel mondo circa 1.500.000 di persone perdono la vita ogni anno in incidenti stradali e che la maggior parte di questi è imputabile a:

1. eccessiva velocità
2. colpi di sonno
3. assunzione di farmaci
4. alcol e sostanze stupefacenti

In Italia le stime dell' Istituto Superiore di Sanità riportano:

- oltre 6.000 vittime di incidenti stradali
- circa 16.000 invalidità gravi
- circa 120.000 ricoveri
- circa 1.000.000 di accessi al Pronto Soccorso



GUIDA E FARMACI: UNA COMBINAZIONE COMPLICATA

Molti farmaci, possono interferire negativamente con le funzioni cerebrali e motorie, legate alla guida dei veicoli. Considerando i milioni di automobilisti e motociclisti che percorrono ogni giorno strade e autostrade, sono moltissimi, tra questi, quelli che assumono farmaci. Risulta, quindi, immediata la dimensione del problema e di quanto sia importante la consapevolezza del rischio che potenzialmente si può correre.

L'interferenza dei farmaci con la capacità di guidare è, tuttavia, un fenomeno complesso: alcune sostanze possono compromettere la guida diminuendo il livello di concentrazione altre provocando sonnolenza e vertigini. Meccanismi spesso a noi poco chiari ma fortemente correlati con le condizioni generali del guidatore.



PRIMA DI METTERSI ALLA GUIDA, NEL CASO IN CUI SI STIANO ASSUMENDO FARMACI, È SEMPRE BENE CHIEDERE CONSIGLIO AL PROPRIO MEDICO O AL FARMACISTA.

**IN MODO PARTICOLARE
SE STIAMO SEGUENDO CURE PER LE SEGUENTI PATOLOGIE:**

- ansia e depressione
- allergie, orticaria, raffreddore e rinite, tosse
- artrosi, cefalea, emicrania, dolore neuropatico
- cardiopatie, diabete
- epilessia
- nausea, vomito, dolori addominali
- ipertensione
- insonnia o ipersonnia
- sclerosi e malattie autoimmuni in genere

Alcuni farmaci, inoltre, riducono la capacità visiva. È il caso dell'atropina e dell'omatropina, sostanze spesso inserite nell'occhio nel corso di un esame oculistico (paralizzano i muscoli interni dell'occhio, impedendogli di adattarsi alla luce). In tali evenienze si consiglia di astenersi temporaneamente dalla guida.

PRIMA DI METTERTI ALLA GUIDA, LEGGI SEMPRE IL FOGLIETTO ILLUSTRATIVO DEI FARMACI CHE ASSUMI.

Molti farmaci possono interferire negativamente con le complesse attività neurofisiologiche sottese all'attività di guida di veicoli. Il problema assume dimensioni drammaticamente importanti se si pensa ai milioni di automobilisti, motociclisti e semplici ciclisti, che ogni giorno, circolano sulle nostre strade e se si pensa in percentuale a quanti di loro si trovano sotto l'effetto di farmaci, sia come terapie croniche che acute, si ha una immediata dimensione del problema.

Gli effetti dei farmaci possono essere molto diversi e spesso non è possibile indagare in modo esaustivo sui loro effetti. I test di laboratorio rappresentano il metodo più efficace per verificare le controindicazioni di un farmaco su capacità di concentrazione, livello di attenzione, l'induzione di sonnolenza e vertigini. In questi casi si conducono test in pista su volontari. Il limite di questo metodo è che le condizioni di guida sono artefatte e ben lontane da quelle "normali". Altre fonti di conoscenza sono purtroppo le autopsie e le testimonianze post-incidente. Sono spesso metodi che danno scarse informazioni e troppo isolati per avere una casistica statisticamente affidabile. Ecco perchè, spesso, ci si deve accontentare di fondate supposizioni.



**SE HAI DUBBI CHIEDI SEMPRE UN CONSIGLIO
AL TUO MEDICO O AL TUO FARMACISTA**



**I FARMACI POTENZIALMENTE PIÙ PERICOLOSI
SONO QUELLI CHE AGISCONO SUL SISTEMA NERVOSO
CENTRALE INDUCENDO SEDAZIONE,**

**MA NON SONO I SOLI, ANCHE ALTRI TRATTAMENTI,
CON MODALITÀ DIVERSE, POSSONO COMPROMETTERE
LA CAPACITÀ DI GUIDA.**

FARMACI

ALCUNI EFFETTI INDESIDERATI SULLA CAPACITÀ DI GUIDA

Ansiolitici (utilizzati in caso di: stati d'ansia, depressione lieve, insonnia, disturbo da attacchi di panico, nevrosi)

Possono indurre sedazione, sonnolenza, confusione.

Antidepressivi (utilizzati in caso di: disturbi depressivi con o senza componente ansiosa)

Possono indurre sedazione, sonnolenza, visione offuscata, vertigini.

Antipsicotici (utilizzati in caso di: disturbi del comportamento e della personalità, schizofrenia, sindromi maniacali)

Possono indurre sonnolenza, confusione, visione offuscata.

Anticonvulsivanti (utilizzati in caso di: epilessia, nevralgia del trigemino, dolori neuropatici)

Possono indurre vertigini, sonnolenza, confusione, disturbi visivi.

Antistaminici (utilizzati in caso di: rinite e congiuntivite stagionali, croniche o allergiche; orticaria cronica o allergica, punture da insetto)

Possono indurre sonnolenza, visione offuscata.

NOTE

Sono i cosiddetti tranquillanti minori (come Tavor, Lexotan, Valium, Ansolin, Xanax, Lorans, per citarne solo alcuni fra i più conosciuti) sono abitualmente impiegati per controllare gli stati di ansia e di tensione emotiva, con spesso manifestazioni di insonnia. Vengono, inoltre, spesso impiegati prima di effettuare accertamenti diagnostici ambulatoriali (ad esempio prima di una gastroscopia). A volte, infine, sono contenuti in farmaci in specialità (come Librax, Lexil, Spasmomen Somatico, sempre per citarne alcuni) destinate al trattamento di disturbi gastrointestinali di origine "nervosa".

I farmaci appartenenti a questa classe possono avere meccanismi d'azione molto diversi ma tutti hanno potenzialmente un effetto negativo sulle capacità di guida. Va sottolineato che, nelle forme più gravi di psicosi, il medico può esplicitamente vietare al paziente di guidare, perché la malattia stessa può essere pericolosa.

Valgono le stesse considerazioni fatte per gli antidepressivi

La legge italiana vieta ai malati di epilessia, che non siano in trattamento con farmaci specifici, di condurre veicoli, a patto che non abbiano manifestato crisi negli ultimi due anni. Anche se le specialità impiegate nel trattamento dell'epilessia (quali Tegretol, Depakin, Dintoina, Gardendale) possono compromettere la capacità del guidatore, questo è un rischio assolutamente accettabile se confrontato con quello di avere una crisi durante la guida.

La sonnolenza causata dagli antistaminici è ben nota, anche se le molecole più recentemente introdotte in terapia (come Zirtec, Tinset, Reactine etc.) hanno caratteristiche tali da far ipotizzare una minore interferenza con il sistema psicomotorio, rispetto ai prodotti tradizionali (come Polaramin, Trimeton etc.). Sono quindi da preferire sotto questo punto di vista, soprattutto da chi soffre di allergie e deve forzatamente mettersi al volante. Da sottolineare come spesso tali molecole si trovino anche in associazione con altri prodotti nelle preparazioni decongestionanti nasali (come Temporinolo, Actifed), antitussive (come Difmetus, Vicks Medinait) o analgesiche (tipo Neocoricidin).

FARMACI	ALCUNI EFFETTI INDESIDERATI SULLA CAPACITÀ DI GUIDA
<p>Anticinetosici (utilizzati in caso di: mal d'auto, di mare e di aereo)</p>	<p>Possono indurre sonnolenza, visioni confuse.</p>
<p>Antinfiammatori non steroidei (utilizzati in caso di: infiammazione, dolore osteo-articolare e muscolare, nevralgie, artrite reumatoide)</p>	<p>Possono indurre vertigini, sonnolenza.</p>
<p>Antipertensivi (utilizzati in caso di elevata tensione arteriosa)</p>	<p>Possono indurre ipotensione, sedazione.</p>
<p>Insulina e ipoglicemizzanti orali (utilizzati in caso di: diabete I insulino dipendente e II non insulino dipendente)</p>	<p>Possono indurre crisi ipoglicemiche (calo livelli ematici glucosio) che si presentano con un senso di stanchezza, sudore freddo, tremore alle mani e perdita della concentrazione.</p>
<p>Miorilassanti e antispastici (utilizzati in caso di: spasmi muscolari, disturbi funzionali gastrointestinali)</p>	<p>Possono indurre disturbi visivi.</p>

Il periodo più critico di una terapia è la fase iniziale, quando non è ancora chiaro come reagirà il nostro organismo ai farmaci, se compariranno effetti indesiderati e di che intensità saranno. Nei primi giorni di trattamento sarebbe bene evitare di mettersi al volante. Se non è possibile, usare molta prudenza, cercando di evitare viaggi prolungati senza soste o in condizioni di traffico difficili.

Gli effetti negativi sulle prestazioni che richiedono particolare attenzione tendono ad aumentare in frequenza e gravità particolarmente nei

NOTE

Alcuni tra i più comuni preparati (tra questi ricordiamo Valontan, Xamina, Travelgum) hanno una spiccata azione antistaminica e possono provocare sonnolenza e visioni confuse. La scopolamina (ad esempio contenuta nel Transcop) ha un meccanismo di azione diversa: provoca meno frequentemente sonnolenza ma può indurre offuscamento della vista.

Gli effetti di questa classe di farmaci (ad esempio: Brufen, Feldene, Indoxen, Naprosyn, Voltaren etc.) sono meno conosciuti dal pubblico anche se sono noti effetti importanti soprattutto a carico di persone anziane. L'incidenza dei disturbi varia da farmaco a farmaco e da persona a persona è opportuno fare attenzione all'inizio della terapia e quando si aumenta il dosaggio.

Soprattutto all'inizio della terapia ed a ogni cambio di dosaggio potrebbero verificarsi brusche cadute della pressione arteriosa, con conseguenti vertigini e senso di svenimento, e in qualche caso la sonnolenza.

I diabetici in terapia con questi prodotti sono soggetti possibili di crisi ipoglicemiche, che possono alterare la lucidità mentale e di conseguenza la capacità di guida. E' particolarmente importante, quindi, per questi pazienti alla guida di veicoli, avere a portata di mano una fonte di zuccheri da poter assumere rapidamente e facilmente.

pazienti più anziani ed in caso di affaticamento o stress.

Se si assumono farmaci (sia prescritti che acquistati senza ricetta), è sempre opportuno chiedere al medico o al farmacista se possono influenzare la vigilanza e la guida.

In caso affermativo, bisogna evitare di guidare soprattutto per periodi prolungati ed aumentare le misure di sicurezza come moderare ulteriormente la velocità e aumentare la distanza di sicurezza dai veicoli che ci precedono.

INTERAZIONE FRA SOSTANZE

In questi casi la situazione si complica considerando che spesso le cure prevedono più farmaci nell'arco della giornata e comunemente si assumono sostanze (bevande ed altro) che da sole possono (mai abusare) essere innocue ma miscelate con le medicine potrebbero risultare un cocktail molto pericoloso.

Il medico ed il farmacista sono esperti del farmaco e delle sue interazioni. Vanno consultati anche quando ricorri all'automedicazione e, a maggior ragione, se stai per metterti alla guida e già assumi altri farmaci.

Un esempio di cocktail micidiale è l'alcol. L'alcol non è un farmaco ma, anche piccole quantità possono interagire con i farmaci che si stanno usando potenziando effetti indesiderati sull'attenzione e sulle capacità di guida.



**ALCOL, FARMACI E GUIDA
NON POSSONO VIAGGIARE INSIEME**



Se vuoi arrivare lontano rifletti prima di partire altrimenti rischi, oltre ad una multa molto salata , di compromettere la Tua vita e quella di altre persone.

Ricorda sempre che l'assunzione di alcol o sostanze stupefacenti, prima o durante la guida, compromettono gravemente TUTTE le nostre normali condizioni psicomotorie. La nostra vita e quella degli altri sono un bene prezioso, difendiamole insieme.

IL COLPO DI SONNO DA FARMACI: GUIDARE ALLA CIECA

La guida è un'attività comune, apparentemente semplice, che tuttavia interessa numerosi processi psicomotori. Essa richiede concentrazione e prontezza di riflessi, coinvolge la vista, l'udito e numerosi muscoli. L'alterazione di queste funzioni può imputarsi a diversi fattori, che molto spesso agiscono come concause nell'indurre l'incontrollabile ed impreveduto **colpo di sonno** che può risultare spesso fatale:

UNA RIFLESSIONE:

“UN'AUTO CHE VIAGGIA A 90 KM/H, PERCORRE CIRCA 25 METRI AL SECONDO: CHIUDERE GLI OCCHI PER UN ATTIMO SIGNIFICA FAR PERCORRERE ALL'AUTO DECINE DI METRI SENZA CONTROLLO!”



**ALCUNI FARMACI PRODUCONO
EFFETTI DI SONNOLENZA MOLTO MARCATI.**



Il rischio del colpo di sonno diventa particolarmente elevato per alcune specifiche categorie di persone che esplicano la loro attività lavorativa sottoposti a lunghi turni, anche notturni, e per coloro che eleggono abitudini di vita e di divertimento particolari.

Il rischio di sonnolenza può aumentare in corrispondenza di pasti abbondanti, assunzione di alcol, di farmaci o, anche, di patologie specifiche.



Ogni persona ha bisogno di dedicare al sonno una parte della propria vita, necessaria per ritemperare la normale funzionalità di corpo e mente.

Alcuni farmaci producono effetti di sonnolenza molto marcati. Mai mettersi alla guida senza avere prima consultato il medico o il farmacista.

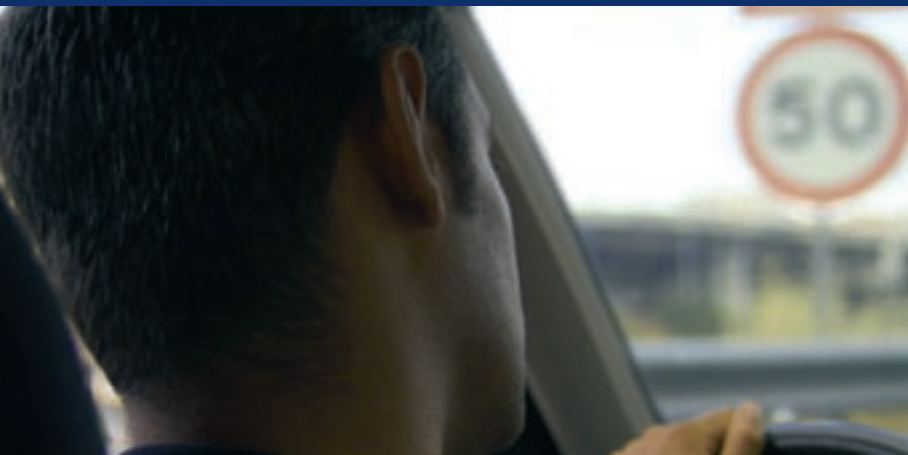
SEGNALI D'ALLARME DEL COLPO DI SONNO

Generalmente il colpo di sonno e il calo del livello di attenzione sono eventi graduali preceduti da uno stato di profonda stanchezza e da una sensazione di torpore. È quindi possibile individuare campanelli d'allarme che suggeriscono per tempo di fermarsi e di valutare la propria idoneità alla guida.

Se avverti:

- Sonnolenza
- Capogiri, senso di testa vuota, vertigini, confusione
- Difficoltà di concentrazione, stordimento
- Rigidità muscolare
- Scarsa coordinazione, instabilità
- Malessere generale
- Annebbiamento della vista o visione doppia

Non metterti al volante o se sei in viaggio fermati, sono segnali che il tuo organismo ti sta lanciando.



**IL VADEMECUM
DELLA PRUDENZA**



1) Quando si inizia una nuova terapia

non è ancora chiaro come il nostro organismo reagirà al farmaco, se compariranno effetti indesiderati e con quale intensità. E' sconsigliabile in questi casi affrontare al volante viaggi lunghi ed impegnativi, almeno nei primi giorni di trattamento.

2) Quando si è costretti ad assumere un farmaco in viaggio

(ad esempio per un mal di testa), è meglio ricorrere a farmaci ben conosciuti di cui si è certi che non abbiano effetto sulle capacità di guida.

3) Quando prendi farmaci che agiscono sul Sistema Nervoso Centrale ricorda sempre che possono interferire con la guida.

Gli effetti negativi sulle prestazioni che richiedono particolare attenzione potrebbero anche aumentare con il tempo.

4) Se il farmaco che stai assumendo ti dà problemi, puoi chiedere se esiste un'alternativa.

Ad esempio, in caso di allergia potrebbe essere disponibile un altro farmaco in grado di indurre minore sonnolenza o effetti collaterali.

5) Se assumi più farmaci (sia prescritti sia acquistati senza obbligo di ricetta), è sempre opportuno chiedere al medico o al farmacista

se tali farmaci possano influenzare le capacità di guida. In caso affermativo, si deve considerare di rimandare il viaggio o di affidare ad altri la guida.

6) L'alcol e le sostanze stupefacenti possono potenziare, aggravandoli, gli effetti negativi di tutti i farmaci.

Evitare sempre e in modo particolare, soprattutto prima e durante la guida, di assumere alcol e sostanze stupefacenti.

7) Leggere il foglietto illustrativo dei medicinali che assumi è sempre buona abitudine. All'interno di ogni confezione di medicinale troverai il foglietto illustrativo contenente informazioni utili al corretto utilizzo del farmaco. In particolare, focalizza l'attenzione sulle seguenti voci del foglietto illustrativo:

- a) Controindicazioni: circostanze in cui il farmaco non deve mai essere assunto;
- b) Precauzioni d'impiego: spesso vi sono riportati i possibili effetti sulla capacità di guidare ed eventuali alterazioni dello stato di vigilanza;
- c) Effetti indesiderati: più comunemente chiamati effetti collaterali.

In caso di dubbi, non smettere di prendere i farmaci ma, prima di guidare, chiedi consiglio al medico o al farmacista.

8) Non sottovalutare i pericoli ai quali puoi andare incontro lasciando spazio ad atteggiamenti superficiali una terapia con farmaci potrebbe modificare in modo sostanziale la prontezza di riflessi e la capacità di reazione rendendo più difficile e meno prevedibile la reazione al volante.

9) In tutti i casi di dubbio chiedere sempre consiglio al medico o al farmacista prima di mettersi alla guida.



GIUNTA A.S.SO.FARM.

PRESIDENTE

VENANZIO GIZZI

Consigliere Azienda Farmaceutica
Municipalizzata S.p.A. - L'Aquila

VICE PRESIDENTE

FRANCESCO SCHITO

Presidente Azienda Speciale del Comune
Farmacie Comunali - Ferrara

COMPONENTI

SAURO BARGELLI

Presidente Azienda Speciale Farmacie
Perugia

MARIO MEDDA

Presidente Azienda Speciale Servizi
Farmaceutici e Socio-Sanitari
San Giuliano Milanese

ROBERTO BOLOGNESI

Consigliere Ravenna Holding S.p.A.
Ravenna Farmacie S.r.l.
Ravenna

ANTONIO MONACO

Presidente Consorzio Farmaceutico
Intercomunale
Salerno

CARLO CARRARA

Presidente Azienda
Multiservizi Ambientali S.p.A.
Rozzano

IVO MONTEFORTE

Amm.re Delegato Farmacie Comunali
di Riccione S.p.A. e Direttore Aspes S.p.A.
Pesaro

SANTE FERMI

Presidente Admenta Italia S.p.A.
e delle 7 Società Operative
Bologna

ALBERTO SCHIARETTI

Consigliere Farmacie Fiorentine S.p.A.
Firenze

LUIGI LIA

Presidente Consiglio di Amministrazione
Farma.co.m. S.p.A.
Monza

EFSTATHIOS TSUROPLIS

Presidente C.d.A. A.M.E.S. S.p.A.
Azienda Multiservizi Economici Sociali
del Comune - Venezia

PRESIDENTE

COLLEGIO REVISORI DEI CONTI

ERNESTO TOSCHI

Presidente Forlifarma S.p.A.
Forlì

COORDINATORE

COMITATO TECNICO DEI DIRETTORI

GUGLIELMO MALAGOLA

Direttore Az. Speciale Farmacie Comunali
Ravenna

RESPONSABILE UFFICI E RELAZIONI ESTERNE

ANNA MARIA D'AGUANNO

CONSIGLIO DI AMMINISTRAZIONE AFM spa

PRESIDENTE AFM spa

PAOLO MANNETTI

ANTONIO BUSILACCHI

VICE PRESIDENTE AFM spa

CARLO CIANCARELLA

BENITO PASQUA

CONSIGLIERI DI AMMINISTRAZIONE

Coordinamento progetto:

Dott.ssa ANTONELLA ANTRILLI - CISPEL Abruzzo



Automobile Club d'Italia



assofarm
FARMACIE - COMUNALI
AZIENDE E SERVIZI
SOCIO-FARMACEUTICI
VIA CAVOUR, 179/A
00184 ROMA



AFM Azienda Farmaceutica Municipalizzata Spa
Via Ettore Moschino, 24 - L'Aquila