

Zakład Zdrowia Publicznego i Medycyny Społecznej Akademii Medycznej w Gdańsku,  
Public Health and Social Medicine Dept. Medical University of Gdańsk

JOLANTA PĘGIEL-KAMRAT, MARZENA ZARZECZNA-BARAN

---

*Self-cure phenomenon among medical students*

---

**Zjawisko samoleczenia wśród studentów medycyny**

Zdrowie traktowane jest najczęściej jako środek do uzyskiwania celu (pracy, zarobku, aktywnego wypoczynku itd.). Stąd naturalna dążność do leczenia zapewniającego możliwość powrotu do pełnienia przypisanych mu ról społecznych. Jednoczesna niechęć do odrywania się od codziennych obowiązków sprzyja nasilającemu się zjawisku samoleczenia, jakie obserwujemy w społeczeństwie [1]. Samoleczenie jako zjawisko społeczne, trwa i rozwija się jako element zachowań zdrowotnych o dużym znaczeniu dla zdrowia [2]. Proces ten znacznie nasilił się od lat 90-tych. Dodatkowej przyczyny tego stanu można upatrywać w upadku wszelkiego rodzaju autorytetów, w tym także lekarza. Zmianie uległa relacja lekarz-pacjent, gdzie lekarz przestał być „ekspertem” znającym się na medycynie, a pacjent jako „podmiot” miał wypełniać jego zalecenia. Wśród pacjentów obserwuje się także chęć brania odpowiedzialności za własne zdrowie [3]. Nie bez znaczenia jest także powszechniejszy dostęp do leków bez recepty oraz reklama na niespotykaną dotychczas skalę [4]. Samoleczenie i medycyna instytucjonalna współistnieją ze sobą od wieków [6]. Samoleczenie jest integralną częścią naszego życia. Jest postrzegane jako sposób zaradzenia kłopotom zdrowotnym, ale także jako źródło zagrożenia społecznego (lekomania) [5]. Zjawisko to oprócz licznych wad, ma także zalety. Są nimi zwiększenie odpowiedzialności za własne zdrowie, oszczędność czasu i pieniędzy zarówno pacjenta jak i systemu finansującego opiekę medyczną. Lekarze, tak jak całe społeczeństwo, w obliczu własnej choroby zachowują się nie jak profesjonalści, ale jak przeciętny pacjent. Głównym celem pracy była ocena zachowań przyszłych lekarzy wobec własnej choroby czy niedomagania.

**MATERIAŁ I METODA**

Materiał badawczy stanowiły odpowiedzi udzielone na pytania anonimowej ankiety. Badaniem objęto wszystkich studentów VI roku Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Gdańsku w latach 2002/2003 i 2003/2004. Zebrane ankiety sprawdzono pod względem formalnym i merytorycznym i do dalszej analizy zakwalifikowano 408 poprawnie wypełnionych arkuszy.

**WYNIKI BADAŃ**

Wiek badanych waha się od 23 do 29 lat, dominanta wynosi 24. Wśród nich większość stanowią kobiety (250 osób, czyli około 61% ankietowanych).

Zapytani o korzystanie z pomocy lekarza ankietowani stwierdzali najczęściej, że uzależniają wizytę od rodzaju dolegliwości (50% badanych). Taka postawa, w zasadzie, jest przejawem racjonalnego stosunku do zdrowia [5]. Prawie 40% badanych kieruje się do lekarza wówczas, gdy samodzielnie stosowane leczenie nie przynosi spodziewanych efektów a sporadycznie czynią to w pierwszej kolejności (0,5%).

Wiemy, że każdy pacjent (szczególnie związany ze służbą zdrowia) posiada własną wizję swego problemu zdrowotnego [5]. Zdrowie wymaga postawy aktywnej, co może ułatwiać, ale także utrudniać prawidłowy proces leczniczy. Dziwi wobec tego fakt, że lekarz leczący pomimo tego, że wie o

szerokiej wiedzy swych pacjentów tylko w 45% przypadków konsultuje z nimi rodzaj i tryb przepisywanego leczenia, czasami czyni to w 30% przypadków. Na zalecaną terapię zgadzało się 70% ankietowanych, jednak prawie 10% nie wyraziło na nią zgody. Jednak, nawet jeśli ankietowani skorzystali z fachowej pomocy medycznej, to ponad 62% z nich na własną rękę modyfikowało zalecenia lekarskie. Najczęściej respondenci brali dodatkowe leki (ponad 38%), zmieniali dawkę przepisanych leków (prawie 17%), a ponad 14% wcale nie brało zalecanych leków. Badani stosują dodatkowo specjalne diety, konsultują rozpoznanie i leczenie u innego lekarza, pomimo zaleceń nie leżą, nie biorą wszystkich przepisanych leków oraz bardzo często zapominają o regularnym zażywaniu lekarstw. Prawie 85% badanych leczy się lekami samodzielnie kupowanymi w aptece, bez wiedzy i przepisu a lekarza, ale 77% z nich deklaruje, że leki te stosuje zgodnie z załączoną do nich ulotką. Osiemdziesiąt osób (19,6%) nie stosowało się do dawkowania zalecanego przez producenta. Wśród nich 35% zmieniał dawkowanie doraźnie, po 22,5% stosowało je częściej lub nieregularnie, zaś doraźnie 15%. Najczęściej wybór opierał się na własnej wiedzy (prawie 40%), rekomendacji lekarza (23,5%) lub farmaceuty (17,2%) oraz osoby, której ten właśnie lek pomógł (15,2%). Badani rzadko wybierali lek przypadkowo, kierowali się ceną leku czy reklamą, co jest częste w innych grupach pacjentów. Z 344 osób stosujących leki kupowane samodzielnie, zdecydowana większość leczyła się nie sterydowymi lekami przeciwzapalnymi (63,4%), przeciwgorączkowymi i przeciwbólowymi (po prawie 60%). Około 50% badanych stosuje homeopatię. Często, bo prawie 20% ankietowanych bez konsultacji z lekarzem stosuje antybiotyk. Trzeba przy tym zaznaczyć, że właściwie nie ma leku (i to zarówno dostępnego bez recepty jak też i wydawanego na receptę), którego nasi ankietowani by nie używali w procesie samoleczenia. Zwraca uwagę częste używanie witamin (28,5%), mikroelementów (28,2%) oraz innych leków wzmacniających, nie wyszczególnionych z nazwy przez badanych (23,5%). Świadczy to o tym, że nasi ankietowani stosują samoleczenie nie tylko w razie wystąpienia niedomagań zdrowotnych, lecz także stosunkowo często dla zachowania dobrego stanu zdrowia.

Najczęściej samodzielnie przez badanych leczone dolegliwości dotyczą infekcji górnych dróg oddechowych (64%) lub przeziębienia (57,6%). Ankietowani często leczą też różnego rodzaju bóle. Najczęściej są to, w kolejności: bóle głowy, kręgosłupa, mięśni, stawów, gardła, zębów i brzucha.

#### WNIOSKI

1. Ankietowani uzależniają wizytę u lekarza od rodzaju dolegliwości a 40% zgłasza się dopiero, gdy samodzielnie stosowane leczenie nie odnosi pożądanego skutku.
2. Tylko 45% badanych podaje, że ich lekarz leczący konsultuje z nimi tryb leczenia i rodzaj przepisanej terapii.
3. Zgodę na zalecaną przez lekarza terapię wyrażało 70% badanych, jednak w ponad 60% zalecenia lekarskie były przez nich zmieniane.
4. Około 85% ankietowanych leczy się lekami kupowanymi samodzielnie, bez konsultacji z lekarzem, przy czym ponad 80% z nich deklaruje, że stosuje się do zaleceń producenta.
5. Leczenie samodzielne stosowane było najczęściej w infekcjach górnych dróg oddechowych i przeziębieniach.
6. Często, chcąc utrzymać dobry stan zdrowia, ankietowani stosują witaminy, mikroelementy lub preparaty wzmacniające.

**Tabela 1. Postępowanie ankietowanych po zaobserwowaniu u siebie objawów chorobowych**

Idę do lekarza:	Liczba osób	%
Od razu	2	0,5
Gdy dolegliwości utrzymują się dość długo	38	9,3
Gdy samodzielnie stosowane leczenie nie skutkuje	155	38,2
Uzależniam wizytę od rodzaju dolegliwości	208	50,9
Leczę się sam	5	1,2

**Tabela 2. Czy lekarz leczący konsultuje z ankietowanymi tryb i rodzaj przepisanego leczenia**

	Liczba osób	%
Zawsze	40	9,8
Często	156	38,2

Rzadko	126	30,9
Nigdy	42	10,3
Nie pamiętam	42	10,3
Inne (nie choruję)	2	0,5

**Tabela 3. Czy ankietowani wyrazili zgodę na zastosowaną terapię**

Zgoda ankietowanych na zastosowaną terapię	Liczba osób	%
Tak	286	70,1
Nie	40	9,8
Nie pamiętam	78	19,1
Czasem	2	0,5
Brak odpowiedzi	2	0,5

**Tabela 4. Modyfikacja zaleceń lekarza**

	Liczba osób	%
Tak, zawsze	12	2,9
Tak, czasem	242	59,3
Nie	154	37,8

**Tabela 5. Zmiana zaleceń lekarza**

	Liczba osób	%
Zmieniają dawkę	68	16,7
Biorą dodatkowe leki	158	38,7
W ogóle nie biorą przepisanych leków	58	14,2
Inne	28	6,9

**Tabela 6. Samodzielne leczenie lekami kupowanymi w aptece, ale bez przepisu i wiedzy lekarza**

	Liczba osób	%
Tak	344	84,3
Nie	64	15,7

**Tabela 7. Czy samodzielne stosowane leki zażywane były zgodnie z ulotką**

	Liczba osób	%
Tak	316	77,5
Nie	72	17,6
Brak odpowiedzi	20	4,9

**Tabela 8. Ankietowani nie stosujący leków zgodnie z ulotką**

	Liczba osób	%
Stosowała(e)m je tylko doraźnie	12	15,0
Zmieniali dawkę	28	35,0
Stosowała(e)m je częściej	18	22,5
Stosowałem je nieregularnie	18	22,5
Stosowałem(e)m je dłużej	2	2,5
Stosowałem(e)m je według potrzeby	2	2,5
Razem	80	100,0

**Tabela 9. Czym kierowali się ankietowani wybierając ten lek**

	Liczba osób	%
Własną wiedzą	163	39,9
Rekomendacją lekarza	96	23,5
Rekomendacją osoby której ten lek pomógł	62	15,2
Rekomendacją farmaceuty	70	17,2
Wybór był przypadkowy	22	5,4
Cena	14	3,4
Reklama w mediach	12	2,9
Doświadczenie	7	1,7

**Tabela 10. Jakie leki najczęściej stosowali ankietowani**

	Liczba osób	%
Niesterydowe leki p-zapalne	218	63,4
Leki p-gorączkowe	199	57,8
Leki p-bólowe	198	57,6
Homeopatia	171	49,7
Antybiotyki	68	19,8
Witaminy	98	28,5
Mikroelementy	97	28,2
Leki wzmacniające (bez określenia leku)	81	23,5

**Tabela 11. Jakie schorzenia są najczęściej leczone samodzielnie przez ankietowanych**

	Liczba osób	%
Zap. górnych dróg oddechowych	221	64,2
Przeziębienia	198	57,6
Bóle różnego rodzaju: głowy, kręgosłupa, mięśniowe, stawów, gardła, zęba, brzucha	178	51,7
Dolegliwości przewodu pokarmowego	98	28,5

#### PIŚMIENNICTWO

1. Bulicz E., Murawow I.: Diagnostyka zdrowia we współczesnych problemach ochrony zdrowia. [w:] Współczesne potrzeby i możliwości pomiaru zdrowia. Warszawa 1997;232-237..
2. Bartkowiak L.: Samoleczenie a wiedza o leku – niektóre aspekty farmaceutyczne. W: Waszkiewicz L.: Rola i znaczenie medycyny społecznej u progu XXI wieku. Wrocław 2002;293-297.
3. Ostrowska A.: Relacja pacjent – lekarz: nowa jakość? Prom. Zdr. Nauki Społ. i Medycyna. Rocznik VIII, 21,2001;109-121.
4. Świątkiewicz G.: Polityka lekowa w Polsce w okresie transformacji. Prom. Zdr. Nauki Społ. i Med. 2002; 36-50.
5. Kowalska M., Kempa M.: Ocena postaw społecznych wobec homeopatii na podstawie badań ankietowych w województwie śląskim. Zdr. Publ. 2000;10;252-257.
6. Kadras P., Herczyński D.: Samoleczenie infekcji dróg oddechowych przez podopiecznych lekarzy rodzinnych. Med. Rodzinna 2003;22.

## STRESZCZENIE

W ostatnim czasie w Polsce nasiliło się zjawisko samoleczenia i ze względu na swój rozmiar stanowi poważny problem zdrowia publicznego. Rozumiane jest najczęściej jako zespół czynności mających na celu usunięcie dolegliwości lub niepożądanych objawów, bez udziału powołanych do tego celu fachowych pracowników służby zdrowia. Przyczyny nasilenia tego zjawiska należy upatrywać w kulturowych zachowaniach i akceptacji społecznej zarówno osób leczących się jak i środowiska leczącego. Nie bez znaczenia jest również dostęp do nowych produktów farmaceutycznych oraz ich wszędzie obecnej reklamy. Żadne środowisko nie jest wolne od zjawiska samoleczenia. Celem pracy była ocena zjawiska samoleczenia wśród studentów VI roku wydziału lekarskiego AMG. Szczególnie interesujące było określenie, w jakiej sytuacji leczą się oni sami, jakie leki stosują najczęściej, co było przyczyną wyboru konkretnego leku. Okazuje się, że 50% ankietowanych uzależnia wizytę u lekarza od rodzaju dolegliwości, a 40% zgłasza się do niego dopiero, gdy samodzielnie stosowane leczenie nie odnosi pożądanego skutku. Prawie 63% badanych, pomimo że udaje się do lekarza, zmienia jego zalecenia. Najczęściej leczą się kupowanymi dodatkowo w aptece lekami (85%) lub zmieniają dawkę leku. Interesujące okazało się także, jakie schorzenia najczęściej leczą sami oraz jakimi lekami.

## SUMMARY

Recently, the phenomenon of autotherapy (or self-cure) has greatly advanced and with respect to its scale it is a common problem phenomenon to public health. Autotherapy or self cure is most often perceived as a complex of activities intended to eliminate ailments or undesirable symptoms without involvement of professional health-service workers. The cause of this phenomenon lies in cultural demeanour and approval of society and medical community. Access to pharmaceutical novelties and their ever-present advertisements and commercials also contribute to a great extent to the intensification of the aforementioned phenomenon. No community is devoid of self-cure, even medical one. The aim of this paper was an assessment of autotherapy phenomenon amongst sixth grade students of Medical Department of The Medical University of Gdańsk. Especially curious was to define the situation in which the respondents self-cure, what medications are frequently in use, what was the reason for choosing out of a dozen this or that particular medicament without prescription. It proved that 50% of respondents decide to visit a doctor depending on the ailment and 40% of the respondents visit a doctor only if the self-applied treatment has not brought desired effects. Almost 63% of the respondents alter the treatment applied by the attending physician. Most often the respondents (85%) apply medication bought in pharmacies or alter the recommended dose. Curious was the fact in which affliction the respondent apply autotherapy and what are the medications of choice.