

Ordine Farmacisti Pesaro & Urbino

I DISTURBI DEL SONNO

"Il ruolo del Farmacista"

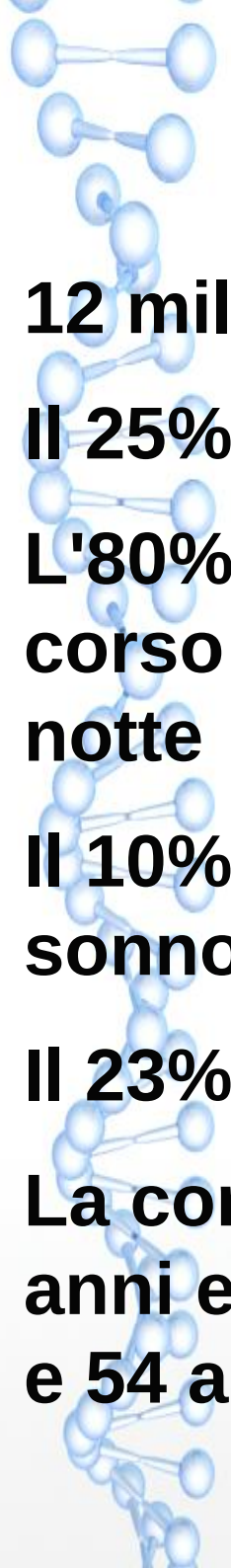
Antonio Astuti, Pesaro, 19.03.2014



14 MARZO 2014

GIORNATA MONDIALE DEL SONNO

- . Grande attenzione mediatica (articoli su tutti i principali quotidiani e siti web)**
- . Risultati della ricerca AstraRicerche (Istituto diretto dal sociologo Enrico Finzi) per SANOFI Italia, su un campione rappresentativo di italiani fra i 18 e i 70 anni**
- . Corso dedicato al sonno dal nostro Ordine**



I risultati della ricerca

- **12 milioni di italiani lamentano disturbi del sonno**
- **Il 25% di queste sono donne**
- **L'80% degli italiani lamenta "botte di sonno" nel corso della giornata e il 50% si sveglia durante la notte**
- **Il 10% è consapevole del fatto che la carenza di sonno mina la vita professionale e privata**
- **Il 23% degli incidenti stradali è dato dalla sonnolenza**
- **La componente di stress è raddoppiata negli ultimi 6 anni e il fenomeno colpisce soprattutto donne fra 35 e 54 anni e residenti del Lazio e del sud**



Dati sul consumo di farmaci fascia

C

(fonte AIFA 2010)

· **Benzodiazepine 535,2 milioni di €**
17,2%

· **Contraccettivi 262,5 milioni di €**
8,4%

· **Disfun.ne erett. 236,2 milioni di €**
7,6%

· **Totale spesa 3.113,6 milioni di €**



Principi attivi

. Lorazepam	131,9 milioni di €	4,2%
. Alprazolam	83,3 milioni di €	4,0%
. Bromazepam	57,5 milioni di €	1,8%
. Lormetazepam	49,5 milioni di €	1,6%
. Delorazepam	44,9 milioni di €	1,4%
. Triazolam	34,6 milioni di €	1,1%

Consumo (dosi/1000 abitanti die)

confronto 2002 – 2010

Le benzodiazepine hanno registrato un aumento medio dello 0,5%

BENZODIAZEPINE **CONSUMO (dosi/1.000 ab die) PER CATEGORIA TERAPEUTICA:** **Confronto 2002 - 2010**

SOTTOGRUPPI	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	% 10-02 *
Ansiolitici	30,1	30,2	29,5	29,8	30,3	29,9	30,2	29,3	29,2	-0,3
Ipnotici e sedativi	19,9	20,0	20,0	20,8	21,9	21,8	22,4	22,3	23,0	1,6
Benzodiazepine	50,0	50,2	49,5	50,7	52,3	51,7	52,6	51,6	52,2	0,5

*Indice medio di variazione annua (CAGR)



Andamento regionale

- Le Marche hanno registrato un aumento dal 2002 al 2010 pari all'1,2% (da 49,9 dosi/per 1000 abitanti die a 55,6, uno degli incrementi maggiori in Italia, con una media superiore a quella nazionale)**
- La regione prima in questa classifica è la Liguria (con un indice pari ad 80 nel 2010), davanti a Val d'Aosta (68) e Veneto (71,3)**
- Penultima in classifica è la regione Molise (28,8) e ultima la Basilicata (27,3), che, però, nell'arco di un decennio è stata quella che ha registrato il maggior delta di crescita (+2,2%)**



Il ruolo del Farmacista

- . Approccio "psicologico"**
- . Approccio "terapeutico alternativo"**
- . Approccio farmacologico (con prescrizione medica)**



APPROCCIO FARMACOLOGICO

Gli psicofarmaci sono classificati in tre grandi macro aree: Sedativi-Ipnoticoinducenti, Antipiscoitici e Antidepressivi

Il rapporto ESPAD, su una ricerca condotta nel 2007, classifica l'Italia al quarto posto in Europa per consumo di tranquillanti e sedativi

SENZA PRESCRIZIONE MEDICA

(fonte Dossier Movimento Difesa del Cittadino, 2010)



La ricetta medica

Le benzodiazepine sono classificate nella Tabella II, sezione E, della F.U. e per la loro dispensazione è necessaria la presentazione della Ricetta Ripetibile, valida 30 giorni dalla data di rilascio, con la consegna di massimo tre confezioni (a meno che non vi siano indicazioni diverse da parte del medico). La ricetta va riconsegnata sempre all'acquirente e timbrata con l'apposizione del prezzo applicato



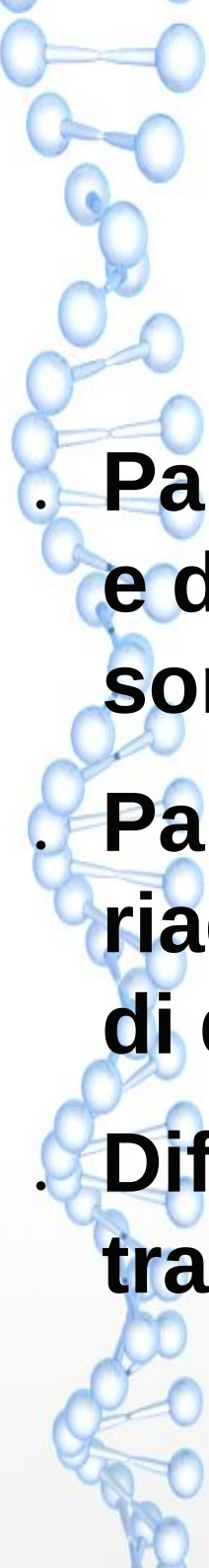
APPROCCIO PSICOLOGICO

- . Analisi della problematica e confronto sulle cause del disturbo**
- . Indagine sulle abitudini dell'interlocutore**
- . Dialogo e individuazione delle possibili soluzioni condivise**
- . Rassicurazioni e consigli utili (non ultimo quello di un approfondimento dal punto di vista medico)**



APPROCCIO TERAPEUTICO **"ALTERNATIVO"**

- . Indirizzo verso le sostanze naturali e fitoterapiche con tutte le precauzioni da prendere caso per caso, con attenzione a dosi e modalità di somministrazione dei rimedi proposti**
- . Possibile reindirizzamento verso uno "specialista" delle terapie integrative**



MELATONINA

- . Paratormone secreto dalla ghiandola pineale e demandato alla regolazione del ritmo sonno-veglia**
- . Particolarmente indicato nelle situazioni di riadattamento in conseguenza di variazioni di diversi fusi orari**
- . Differenza nella sua assunzione in caso di trasferimenti verso EST o verso OVEST**