

Czy tabletki można dzielić? Większości nie wolno - zadziałają za mocno lub wcale



© Jamie / CC BY 2.0 / Flickr.com

Najbezpieczniej trzymać się ogólnej zasady, że tabletek lepiej nie dzielić, jeśli nie mają specjalnego "paska" ułatwiającego łamanie. Czasem jednak jesteśmy zmuszeni to zrobić. Które tabletki można dzielić, a których nie?

Dzielenie tabletek to powszechna praktyka. Powody są różne. Niektórzy nie lubią (lub wręcz nie są w stanie) połykać dużych tabletek, więc łamią je na kawałki. Inni kupują większe dawki, ponieważ mniejszych nie ma w aptece lub chcą zaoszczędzić (zdarza się tak, że pudełko z tą samą lub zbliżoną liczbą tabletek w różnych dawkach ma podobną cenę). Kiedy indziej dzielimy, bo sądzimy, że przepisana dawka jest dla nas zbyt silna. Czasem łamanie leków zaleca lekarz.

Leki dzielimy w różny sposób - nożyczkami, nożem czy specjalną gilotynką do leków. Niestety, zarówno za pomocą noża, jak i nożyc zrobimy to wysoce nieprecyzyjnie. Często zdarza się, że nie tylko dzielimy leki na nierówne fragmenty, lecz także miażdżymy (i w efekcie "gubimy") ich części. Odstępstwo od dawki tabletki może w takiej sytuacji wynosić nawet 25 procent! To samo dotyczy kapsułek z proszkiem - zwykle część substancji przepada, zdmuchnięta naszym oddechem, przyklejona do stołu czy niepoprawnie odmierzona. Na szczęście "otwieranie" i dzielenie zawartości niektórych kapsułek jest dozwolone (tzn. uwzględnione na receptce). To ułatwienie dla dzieci, szczególnie małych, które wzbraniają się przed przyjęciem leku. Istnieje

również możliwość rozpuszczenia takiego proszku w soku czy wodzie - należy tu jednak postępować zgodnie z ulotką!

Wyjątkowo źle możemy wyjść na dzieleniu preparatów hormonalnych (np. tabletek antykoncepcyjnych, środków używanych w leczeniu tarczycy),
leków przeciwdepresyjnych

czy

kardiologicznych

- w ich przypadku nawet mikra różnica w dawce ma duże znaczenie. Silnie odradzane jest także dzielenie

tabletek wieloskładnikowych

(takich, które mają kilka substancji aktywnych).

W poszukiwaniu paska

Sytuacja jest jasna, jeśli tabletkę ma wklęsły paseczek, który ułatwia łamanie. Oznacza to, że została zaprojektowana z myślą o dzieleniu i można ją dzielić bez obaw.

Dla pewności należy jednak przeczytać ulotkę

- na pewno będzie tam uwzględniona informacja o ewentualnym dzieleniu leku.

Otoczka ma sens, czyli tabletki dojelitowe

Tabletki dojelitowe powleczone są specjalną otoczką, która jest odporna na działanie soku żołądkowego. Dzięki temu leki te rozpadają się i uwalniają substancję aktywną dopiero w jelitach. Przełamanie tabletki zniszczy tę właściwość - podobnie sprawa się ma z rozciskaniem. Przez przyjęcie podzielonego leku dojelitowego możemy **zniweczyć**

działanie substancji leczniczej

(a więc zaburzyć efekt terapeutyczny) czy doprowadzić do podrażnienia błony śluzowej żołądka. Tabletki dojelitowe mają symbol EN lub EC (*enteric coat*)

).

Ogólnie rzecz biorąc, niewskazane jest dzielenie i kruszenie **tabletek powlekanych**, które nie mają podziałki. Powłoczka chroni lek przed szkodliwym działaniem światła i wilgoci.

Nie uwalniaj zbyt szybko

Tabletki o przedłużonym uwalnianiu mają aktywować substancję leczniczą wolniej niż "zwykłe" leki. Ten typ leku zwykle wydawany jest na receptę i zawiera dużą dawkę substancji aktywnej. Między innymi dlatego nie powinniśmy tabletek o przedłużonym uwalnianiu dzielić, rozgryzać czy żuć - wtedy substancja lecznicza uwalnia się od razu, co jest oczywistym zaprzeczeniem podstawowej funkcji tego rodzaju leków. Tabletka może zadziałać w nieprzewidywalny sposób (wszak leki te są zwykle silniejsze) lub nie zadziałać wcale.

Leki o przedłużonym (i modyfikowanym) działaniu oznaczone są symbolami CR (*controlled release*)

), MR (

modified release

) R (

retard

), SL (

slow liberation

), SR (

slow/sustained release

), XR, XL, ER (

extended release

) lub ZOK (

zero order release

).

Niekiedy skrótu literowego brak - w takiej sytuacji należy szukać pełnej nazwy na opakowaniu lub ulotce.

Odłóż nóż!

Co jeszcze trzeba wiedzieć o dzieleniu (a właściwie niedzieleniu) leków? Lepiej nie zabierać się do dzielenia tabletek bardzo twardych, o nieregularnych kształtach i średnicy mniejszej niż siedem milimetrów. Łatwo można się domyślić, że nawet drobniutki ubytek w zawartości takiej tabletki czyni kolosalną różnicę.

Jeśli lekarz zaleci nam przedzielenie leku, a w ulotce nie znajdziemy ku temu przeciwwskazań, najlepiej przeciąć tabletkę specjalną gilotynką do leków (gilotynki są dostępne na przykład w aptekach). Każdy inny sposób - nóż, nożyczki czy (broń Boże!) karta kredytowa - sprawia, że wystąpi mniejsze lub większe odstępstwo od zalecanej dawki substancji aktywnej. Osoba, która podejmuje się dzielenia leku, powinna mieć pewne ręce i dobry wzrok.

Ważne też, by tabletkę dzielić bezpośrednio przed przyjęciem, a pozostałą część przyjąć względnie szybko (tak szybko, na ile pozwalają zalecenia lekarza i ulotka). Jeśli będziemy kilka lub kilkanaście tabletek dzielić na zapas, wyjęte z blistra i wystawione na działanie warunków zewnętrznych (temperaturę, światło, wilgoć) leki mogą utracić swoje właściwości. Ostrzeżenie to dotyczy **tabletek powlekanych**, czyli takich, które mają specjalną powłoczkę.

Syropy, proszki, saszetki

Co robić, jeśli lek nie ma paseczka, jego dzielenie jest niewskazane, a musimy go przyjąć w mniejszej dawce lub rozmiarze? Warto w takim przypadku zwrócić się do lekarza lub farmaceuty. Może się okazać, że ta sama substancja aktywna znajduje się w leku innej firmy, który da się kupić w aptece w innym rozmiarze. Zdarza się również - i jest to dobre rozwiązanie w przypadku dzieci - że dany lek można dostać w postaci syropu, zawiesiny, rozpuszczalnej tabletki czy proszku w saszetce.

Jeżeli żadna z powyższych opcji nie jest wykonalna, można skonsultować się z lekarzem w sprawie przygotowania specjalnych kapsułek skrobiowych z daną substancją aktywną (więcej informacji o tym na przykład na stronie [Leki na co dzień](#)). Takie kapsułki przygotowuje farmaceuta, są one dostosowane do potrzeb pacjenta.