

# **Medicamentos, no te los tomes a la ligera**

“**Sigue siempre esta receta: Toma la dosis a la hora indicada, en la forma y durante el tiempo recomendados**”.

## **ANTES DE INICIAR UN TRATAMIENTO**

Antes de iniciar un tratamiento con un medicamento o de ser sometido a cualquier intervención quirúrgica o tratamiento de urgencia, debes informar a los profesionales sanitarios que te atienden sobre:

- Todos los medicamentos o plantas medicinales que has tomado en las últimas semanas.
- Los problemas de salud que hayas tenido, si estás embarazada, en periodo de lactancia, o si piensas tener hijos.
- Cualquier reacción no habitual o de tipo alérgico a algún medicamento, alimento u otras sustancias.
- Si sigues una dieta baja en sal, en azúcar u otra dieta especial.

## **AL PRESCRIBIR**

Tu médico podrá recetarte un mismo medicamento de dos formas diferentes: por la marca comercial o por el nombre científico de sus componentes. Por esta razón, el farmacéutico podrá dispensarte un medicamento de nombre distinto al que aparece en la receta. Si tienes dudas, consulta siempre a los profesionales que te atienden.

## **CUANDO TOMES LOS MEDICAMENTOS**

- Hazlo siempre como te indiquen los profesionales sanitarios. Aclara todas tus dudas para saber: qué medicamento debes tomar, para qué sirve, a qué dosis, a qué hora, de qué forma y durante cuánto tiempo.
- Puede ser de ayuda hacer una lista de los medicamentos que tomas y un cuadro horario en el que anotes cuánto, cuándo y cómo tomar cada uno de ellos. Para empezar, puedes recortar el modelo que te facilitamos y llevarlo cuando acudas a consulta o al hospital.

# DURANTE EL TRATAMIENTO


- En el momento de tomar el medicamento comprueba su nombre y su caducidad. Léelo con cuidado (con luz y con gafas). Muchos medicamentos tienen el nombre, el color o la forma parecidos.
- No partas o abras los comprimidos o las cápsulas sin confirmar antes que puedes hacerlo. No los mezcles con bebidas alcohólicas. Para tomar medicamentos líquidos usa únicamente la cuchara o dosificador que traen. Después de extender cualquier pomada, lávate siempre las manos.
- Es importante que conozcas los efectos secundarios que pueden producir y qué hacer si aparece alguno de ellos. Si notas cualquier reacción no habitual o sobre la que no has sido informado, consulta a tu médico o farmacéutico.
- Si piensas que el medicamento no es eficaz, comunícaselo a tu médico.
- Si estás en tratamiento con algún medicamento no añadas otro nuevo sin consultar con tu médico. Puede que disminuya la eficacia o que tenga el mismo efecto que los que ya estás tomando.
- No tomes medicamentos por tu cuenta o aconsejado por otras personas. Puede que lo hagas a una dosis incorrecta para tí, que te ocasione problemas o dificulte un diagnóstico preciso.
- Si crees que has tomado una sobredosis de cualquier medicamento o que un niño ha ingerido accidentalmente un medicamento, acude a urgencias o llama inmediatamente a cualquiera de los Institutos de Toxicología nacionales:

91 262 84 69 (Madrid), 93 300 96 89 (Barcelona)

ó 95 437 02 62 (Sevilla)

# PARA CONSERVAR LOS MEDICAMENTOS

- Guárdalos siempre en sus envases originales, así siempre estarán identificados con el nombre, el lote y la caducidad. Conserva el prospecto para poder leerlo si tienes alguna duda.
- Mantenlos fuera del alcance de los niños y guárdalos separados de productos de higiene o de limpieza o de medicamentos para animales.
- Protégelos del calor, la humedad y de la luz directa. No los guardes nunca en el cuarto de baño o en la cocina.
- No los conserves en la nevera a menos que esté indicado en el envase mediante el símbolo ❄️. En ese caso mantenlos separados de las paredes del frigorífico y evita su congelación.
- No guardes medicamentos caducados o que no utilices, en especial desecha los colirios tras un mes de su apertura o antes, si así lo indica el prospecto. Entrégalos en los lugares de recogida de medicamentos disponibles en oficinas de farmacia: Puntos SIGRE.

<b>QUÉ</b> <b>MEDICAMENTO</b> <b>Nombre y Dosis</b>	<b>CUÁNDO Y CUÁNTO</b> (Añote la cantidad que debe tomar de cada medicamentó)						<b>CÓMO,</b> <b>DESDE CUÁNDO</b> <b>Y</b> <b>HASTA CUÁNDO</b>
	Al Levantarse 	Desayuno 	Comida 	Por la tarde 	Cena 	Al Acostarse 	

Observaciones \_\_\_\_\_

Alergias \_\_\_\_\_