

MANEJO DE SUS MEDICAMENTOS

MANAGING YOUR MEDICINES

Las personas que toman medicamentos con regularidad, o que tienen una enfermedad crónica, no deben olvidar ver a un médico que revise su medicación antes de que se le acabe.

LO QUE USTED DEBE HACER:

- 1) Pídale a su médico que revise su medicación o pídale asesoramiento a su farmacéutico.
- 2) Hable con su médico antes de que se le acabe el medicamento e infórmele de cualquier problema que haya experimentado al tomarlo.
- 3) **Asegúrese de llevar consigo todos sus medicamentos cuando vaya a ver al médico**, incluso aquellos que ya no usa, para saber si todavía necesita tomarlos todos y asegurarse de que los está tomando correctamente. No olvide que esto incluye productos que se compran sin receta tales como tabletas, cápsulas, líquidos, gotas para los ojos y oídos, spray nasal, cremas, ungüentos, gránulos, inhaladores, pesarios, supositorios y parches
- 4) Incluya además cualquier medicina complementaria que tome, tal como vitaminas, suplementos proteínicos y preparados que contengan (por ejemplo) St John's Wort, Echinacea, Gingko Biloba, Glucosamine, Apio y Melatonina.
- 5) Lleve su **Medicine Record Card** (Tarjeta listando los medicamentos) para que su médico la llene o la actualice. Para su seguridad debe ser mantenida al día por su médico o farmacéutico.
- 6) Informe a su médico sobre cualquier otro médico y especialista que esté viendo y cualquier medicamento que le hayan recetado.
- 7) Lleve todos sus medicamentos no deseados y vencidos al farmacéutico, quien se deshará de ellos correctamente.



Al dorso de esta página encontrará usted una lista de preguntas para hacerle a su médico o farmacéutico.



Health Promotion Service for Older People

C/-CPSA, Level 9, 28 Foveaux Street, Surry Hills, NSW 2010
Phone: 02 9281 3588, Country callers: 1800 451 488, Fax: 02 9211 8700
Email: health@cpsa.org.au Web: www.cpsa.org.au ABN: 11 244 559 772

Funded by: South Eastern Sydney Illawarra Area Health Service
Auspsice: Combined Pensioners & Superannuants Association of NSW Inc (CPSA)
Updated: October 2007

PREGUNTAS SOBRE LOS
MEDICAMENTOS
QUESTIONS ABOUT MEDICINES

ALGUNAS PREGUNTAS PARA HACER A SU MÉDICO O FARMACÉUTICO

- ¿Para qué sirve el medicamento?
- ¿Cómo y cuándo lo tomo?
- ¿Qué resultados puedo esperar al tomarlo?
- ¿Qué hago si olvido una dosis?
- ¿Cómo guardo el medicamento?
- ¿Qué cosas debo evitar mientras estoy tomando el medicamento: alcohol, conducir, ciertos alimentos, luz solar?
- ¿Durante cuánto tiempo necesito tomarlo?
- ¿Cuándo se debe revisar o suspender el medicamento?
- ¿Interferirá este medicamento con otros que estoy tomando?
- ¿Es ésta la marca más barata que hay disponible?
- (Si toma alcohol o fuma) ¿Interferirá este medicamento con el alcohol o cigarrillos?
- ¿Puedo obtener los medicamentos en un envase burbuja si tengo dificultad para abrir los frascos?
- Tengo un problema con la vista y la memoria, ¿qué ayuda hay disponible?
- ¿Hay alguna alternativa a tomar estos medicamentos?
- En el caso de un medicamento recién prescrito, pregúntele a su médico si todavía necesita tomar los antiguos.

Recuerde: Es su cuerpo y usted tiene derecho a saber lo que está tomando y por qué.



Health Promotion Service for Older People

C/-CPSA, Level 9, 28 Foveaux Street, Surry Hills, NSW 2010
Phone: 02 9281 3588, Country callers: 1800 451 488, Fax: 02 9211 8700
Email: health@cpsa.org.au Web: www.cpsa.org.au ABN: 11 244 559 772

Funded by: South Eastern Sydney Illawarra Area Health Service
Auspice: Combined Pensioners & Superannuants Association of NSW Inc (CPSA)
Updated: October 2007