

İLAÇLARINIZI DENETLEMELİK

MANAGING YOUR MEDICINES

Düzenli olarak ilaç alan veya müzmin bir hastalığı olan kişiler, reçeteleri bitmeden önce ilaçlarının gözden geçirilmesi için bir doktor görmeyi unutmamalıdır.

NE YAPMALI

- 1) Doktorunuzdan ilaçlarınızı gözden geçirmesini isteyin veya eczacınızdan tavsiye alın.
- 2) Reçetenizin süresi bitmeden önce doktorunuzla konuşun ve ilaçları alırken karşılaştığınız sorunlar varsa, bunları kendisine anlatın.
- 3) Hepsini almayı sürdürmenizin gerekli olup olmadığını öğrenmek ve onları doğru bir şekilde aldığınızdan emin olmak için, artık kullanmadıklarınız da dahil olmak üzere, **doktora giderken mutlaka bütün ilaçlarınızı yanınızda götürün**. Bunun, reçetesiz olarak aldığınız tabletler, kapsüller, sıvılar, göz ve kulak damlaları, burun spreyleri, kremler, merhemler, tanecikler, içe çekilenler, cinsel organ yoluyla alınanlar, fitiller ve cilde yapıştırılanları da içerdiğini unutmayın.
- 4) Ayrıca, vitaminler, protein takviyeleri ve (örneğin) St John's Wort, Echinacea, Gingko, Biloba, Glucosamine, Celery ve Melatonin gibi maddeleri içeren hazır ilaçlar gibi bütünleyici ilaçları da dahil edin.
- 5) Doktorunuz tarafından doldurulması veya güncellenmesi için **İlaç Kayıt Kartınızı** da götürün. Bunun, sizin güvenliğiniz için doktorunuz veya eczacınız tarafından güncellenmiş olması gerektir.
- 6) Doktorunuzu, gördüğünüz tüm diğer doktorlar ve uzman doktorlar ile bunların yazdığı reçeteler hakkında bilgilendirin.
- 7) Artık istenmeyen ve tarihi geçmiş tüm ilaçlarınızı, bunları doğru bir şekilde elden çıkaracak olan eczacınıza götürün.



Doktorunuza veya eczacınıza soracağınız soruların listesi için sayfanın arkasına bakın.

İLAÇLAR HAKKINDA SORULAR

QUESTIONS ABOUT MEDICINES

DOKTORUNUZA VEYA ECZACINIZA SORULACAK KİMİ SORULAR

- Bu ilaç ne içindir?
- Bunu nasıl ve ne zaman alacağım?
- Bunu almaktan ne gibi sonuçlar bekleyebilirim?
- Bir dozu kaçıırırsam ne yapmalıyım?
- İlacı nasıl saklamalıyım?
- İlacı alırken nelerden kaçınmam gerekir: alkol, araba sürmek, belirli yiyecekler, güneş ışığı?
- Bunu ne kadar süreyle almalıyım?
- İlaç ne zaman gözden geçirilmeli veya durdurulmalıdır?
- Bu ilaç, aldığım diğer ilaçlarla etkileşim oluşturur mu?
- Bu, mevcut en ucuz marka mıdır?
- (İçki veya sigara içiyorsanız) İlaç alkol veya sigara ile etkileşir mi?
- Şişeyi açmakta güçlük çekersem, ilacımı kabarcıklı paketlerde alabilir miyim?
- Görme ve bellek sorunum var, ne gibi bir yardım mevcuttur?
- Bu ilaçların alınmasının yerine başka seçenek var mı?
- Yeni verilmiş bir ilaç durumunda, doktorunuza eski ilaçları hâlâ alıp almamanız gerektiğini sorun.

Unutmayın: Vücut sizindir ve neyi niçin aldığınızı bilmek hakkınızdır!



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

SOUTH EASTERN SYDNEY
ILLAWARRA
NSW HEALTH