

# Consejos sobre medicamentos



## Conozca sus medicamentos

- Conozca los nombres.
- Sepa cuándo y cómo tomarlos.

## Haga preguntas

Consulte a su médico o farmacéutico:

- Por qué necesita cada medicamento.
- Qué efectos secundarios pueden causar sus medicamentos.
- Qué hacer si omite una dosis.
- Si necesita evitar algún alimento o bebida.
- Si necesita seguir alguna instrucción especial.



## Haga una lista

- Lleve una lista con:
  - Los nombres de todo lo que toma, incluso vitaminas, hierbas y otros medicamentos que compra sin receta.
  - Cómo y cuándo toma cada medicamento.
- Lleve una copia de su lista con usted y muéstresela a sus médicos.
- Actualice su lista cada vez que haya un cambio en lo que toma o la cantidad que toma.



## Esté seguro

- Tome todos sus medicamentos tal cual como le indique su médico.
- Si no está seguro de cómo tomar algo, consulte a su médico o farmacéutico.
- No deje de tomar ningún medicamento, a menos que su médico se lo indique.
- Llame a su médico si omite una dosis.
- No comparta sus medicamentos con nadie.
- No tome los medicamentos de ninguna otra persona.
- No tome medicamentos viejos o vencidos. Controle las fechas en los frascos o consulte a su médico o farmacéutico si tiene preguntas.
- ¡No se quede sin medicamento! Reponga sus medicamentos cuando todavía le quede una semana.
- Use un pastillero para mantenerse organizado. Conserve los comprimidos adicionales en sus frascos originales.
- Use una alarma u otro recordatorio para no olvidarse de tomar sus medicamentos.
- Conserve sus medicamentos en un lugar fresco y seco, a menos que reciba otras instrucciones.
- Mantenga sus medicamentos lejos de los niños y las mascotas.
- No mezcle los comprimidos en el mismo frasco.



