








Además

 **Guarde** los medicamentos en sus **envases originales**. Evitará confundir unos medicamentos con otros de apariencia similar.


 **Nunca** tome **por su cuenta** **medicamentos** que esté tomando **otra persona**, ya que no sabe si pueden modificar la eficacia de su medicación, si la dosis es adecuada para usted o si puede ser alérgico a ellos.


 Asegúrese de **ver correctamente** lo que está tomando (encienda las luces, póngase las gafas). Piense que muchos envases y medicamentos tienen **formas y colores parecidos**.


 Es muy importante que **respete el horario** de toma de la medicación. Si olvida alguna toma, es mejor que espere a la próxima. Nunca tome una dosis doble.


 **No parta, abra o triture** ningún comprimido o cápsula sin **asegurarse** antes que sea posible hacerlo con ese medicamento, según las instrucciones del **prospecto**.




 Para tomar los **medicamentos líquidos**, utilice **únicamente** la **cuchara** o el **dosificador incluidos** junto con ellos. Pueden producirse errores en la dosis si utiliza otras cucharas (por ejemplo, las de sopa o café) con ese medicamento o si utiliza la cuchara o el dosificador de un medicamento para tomar otro diferente.

 **No conserve** los medicamentos en la cocina, el baño o en lugares expuestos directamente a la luz. El calor, la humedad y la luz pueden afectar a su potencia y seguridad.

 Mantenga los **medicamentos** que usted toma **separados** de los medicamentos para **animales** y de los **productos de limpieza** para el hogar.

 **No guarde** medicamentos en forma de **crema o pomada** junto a sus **productos de higiene personal**. La confusión podría tener graves consecuencias.

 **Conserve** el **prospecto** de cada medicamento y **léalo** siempre que tenga cualquier duda sobre las instrucciones que debe seguir.

Con la financiación de:



¡Infórmese!

Conozca los medicamentos que utiliza: es lo mejor que puede hacer para prevenir errores

Cuando se utilizan los medicamentos, pueden producirse errores que, a veces, llegan a causar daños en su salud. Estos errores pueden producirse en los hospitales, en los centros de salud, en las farmacias o en su propio domicilio.

El mejor consejo que podemos darle, para tratar de evitar estos errores, es que se informe y conozca bien los medicamentos que utiliza. Cuanto mejor conozca los medicamentos que está tomando, mejor podrá prevenir dichos errores. Por ello, debe usted pedir información a médicos, farmacéuticos y enfermeras.

Los profesionales sanitarios que le atienden se esfuerzan por mantener su salud, pero no olvide que usted es responsable de tomar correctamente los medicamentos que le han indicado.

*¡No DUDE en preguntar cualquier DUDA!
¡Es su vida y su salud!*

CÓMO UTILIZAR SUS MEDICAMENTOS DE FORMA SEGURA

Es una iniciativa de:

Instituto para el Uso Seguro de los Medicamentos
Organización de Consumidores y Usuarios



www.usual.es/ismsp



www.ocu.org



Y haga una lista de los medicamentos que utiliza

En casa

Haga una **lista de los medicamentos** que está tomando (en este folleto le proporcionamos una como ejemplo). Anote en ella el **nombre** de los medicamentos y la **dosis**, **cuándo** debe tomarlos, **durante** cuánto tiempo y si debe tener alguna **precaución** especial durante el tratamiento.

Conviene que anote, además, si es alérgico a algún medicamento o alimento. También debe apuntar si está tomando vitaminas, calcio o cualquier otro medicamento que compre sin receta, así como plantas medicinales.

Solicite la ayuda de su médico o farmacéutico para hacer la lista de sus medicamentos.

Cuando le cambien su medicación, modifique también su lista.

En la consulta del médico

Lleve la lista de los medicamentos cada vez que vaya a la consulta de su médico de cabecera, del dentista o de cualquier médico especialista, sobre todo si le ven varios médicos. Ellos tienen que conocer todos los medicamentos que le han prescrito los otros médicos que le atienden.

Cuando el médico le recete algún medicamento nuevo, no dude en preguntarle para qué sirve, cómo debe tomarlo, durante cuánto tiempo y si precisa algún control.

Cuando vaya con la receta a la farmacia, pídale también a su farmacéutico que le explique cualquier duda que tenga sobre su medicación.

En el hospital

Lleve esta lista junto con los medicamentos cuando vaya al hospital. Los médicos necesitarán saber lo que usted está tomando.

Cuando le den el alta hospitalaria, compruebe si va a haber algún cambio de su medicación y, si es así, antes de salir del hospital, asegúrese de preguntar todo lo que necesite saber a su médico, farmacéutico o enfermera.

MEDICAMENTO Nombre y dosis	Al levantarse		Desayuno		Comida		Por la tarde		Cena		Al acostarse		DURACIÓN / OBSERVACIONES

✂ Cortar por la línea de puntos

OTRAS OBSERVACIONES:

ALERGIAS: