



Los medicamentos controlan químicos potentes que causan cambios en su cuerpo. Es imprescindible usarlos correctamente.

Su doctor, enfermera, y farmacéutico se han capacitado para ayudarlo a usar sus medicamentos con seguridad. Pero usted, como paciente o familiar, es el integrante más importante del equipo de asistencia médica. Usted comparte la responsabilidad del uso seguro de los medicamentos. Asegúrese conocer sus medicamentos, cómo tomarlos y por qué hacerlo. Si hay algo que usted no entiende con respecto a sus medicamentos, siga haciendo preguntas hasta entenderlo.

**Mantenga una lista** actualizada de sus medicamentos, en su billetera o cartera. Esta lista debe incluir:

- 1) el nombre de cada medicamento.
- 2) la dosis de cada medicamento.
- 3) el propósito de cada medicamento.
- 4) cada cuánto ud. toma cada uno.
- 5) el nombre de su farmacia.
- 6) el mes/año en el que ud. empezó a tomar cada medicamento.

Incluya en esta lista cualquier suplemento dietético, remedio herbal, medicamento sin receta, inclusive cualquier muestra que le haya dado un doctor.

**Si hubiera cambios en sus medicamentos**, actualice su lista.

**Guarde una lista de los medicamentos** que usted no puede tomar y las razones por las cuales no puede hacerlo. Incluya cualquier alergia a comidas.

**Muestre esta lista de medicamentos a su médico** y farmacéutico en cada visita.

**Tenga siempre a mano los números de teléfono del doctor**, farmacéutico, servicio de emergencia médica y centro de control de venenos.

## USO OPTIMO DE SUS MEDICAMENTOS

**Lleve su lista de medicamentos** cada vez que usted va al consultorio médico, especialmente si le atiende más de un doctor.

**Pídale al que formula la receta** que escriba en ella la razón por la cual fueron dados los medicamentos.

**Sea honesto con su médico** informándole si usted ha estado tomando los medicamentos según las instrucciones de la receta (o si toma suplementos o medicinas herbales)

**Lea con cuidado la etiqueta** de la receta. Asegúrese de que la misma sea legible y que entienda lo que significa.

**Al hacer reponer un medicamento**, fijese bien en él. Asegúrese de que el medicamento sea de la misma forma, tamaño y color del que usted ha estado tomando. De no ser así, pídale al farmacéutico que verifique si el medicamento es el correcto.

**Haga preguntas sobre cualquier cosa que no entienda.**

**Tome los medicamentos según las instrucciones de la receta, aunque se sienta mejor.** Póngase en contacto con su médico si usted cree necesario dejar de tomar un medicamento antes de tiempo.

**Guarde todo medicamento** en un lugar donde los niños y las mascotas no tengan acceso.

**Tire cualquier medicamento vencido.** Recuerde que los niños y las mascotas pueden tener acceso a medicamentos arrojados al basurero. Algunos medicamentos pueden ser tóxicos después de la fecha de vencimiento. Consulte con su farmacéutico sobre la forma más apropiada de deshacerse de ellos.

**Guarde sus medicamentos en un lugar seco**, en el que no haya cambios de temperatura. NO los guarde en el baño, arriba de la cocina, o en el auto.

**No aplaste, mastique, o quiebre cápsulas o comprimidos**, a menos que lo indique su médico.

**Por favor, saque la tarjeta que le hemos proporcionado y úsela para guardar un registro de sus medicamentos.**

Saque esta tarjeta, dóblela por la mitad y tengala a mano a modo de referencia.

## Tarjeta de Medicamentos para la Cartera

Nombre: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_

Médico de Cabecera: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Farmacia: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Alergias a Medicinas: \_\_\_\_\_

Otras Alergias: \_\_\_\_\_

## Registro de Vacunas

Vacuna	Mes / Año	Mes / Año	Mes / Año	Mes / Año
Difteria				
Tétano				
Neumococo				
Influenza				
Otro				