

Tiempo Para Cuidar Su Salud

Por usted...y por los que la necesitan

Este documento fue desarrollado por la Oficina de la Salud de la Mujer de la Administración Federal de Alimentos y Drogas (FDA) y la Asociación Nacional de Cadena de Farmacias. Muchas gracias a todas las organizaciones participantes que han ayudado en su reproducción y distribución.

NACDS

Asociación Nacional de Cadena de Farmacias



<http://www.fda.gov/womens>

Mis Medicinas

Tiempo Para Cuidar Su Salud

Por usted... y por los que la necesitan

SEPA USAR LOS MEDICAMENTOS

Alrededor del 30% al 50% de la gente que usa medicamentos no los usa en la forma indicada. Esto resulta en mas visitas al médico o al hospital y cambios en las recetas. Todo esto nos cuesta más de \$100 billiones cada año.

Por lo general, las mujeres se encargan de sus medicamentos y los de toda la familia. Por eso es importante leer las etiquetas, evitar problemas, hacer preguntas y llevar un registro.

1. LEA LA ETIQUETA

Antes de tomar cualquier medicamento lea la etiqueta. La etiqueta debe tener lo siguiente:

Lista de ingredientes: Si sabe que es alérgica a cualquiera de los ingredientes, no use el medicamento. Pídale a su médico o farmacéutico otro medicamento.

Advertencias: Léalas con mucho cuidado.

Fecha de vencimiento: No use ningún medicamento después de la fecha que aparece en el envase. El efecto puede no ser el mismo.

Para mayor información sobre sus medicamentos, hable con su médico o farmacéutico.

2. EVITE PROBLEMAS

Los medicamentos pueden causar problemas o efectos secundarios. Le pueden causar sueño, vómito, sangrado, dolores de cabeza o erupciones de la piel. Pregunte sobre los efectos secundarios de los medicamentos que toma. Hable con su médico, farmacéutico o enfermera.

Para evitar estos problemas es importante que:

- tenga los medicamentos organizados;
- tome el medicamento en la cantidad y la frecuencia indicada (siga las instrucciones del médico)
- no comparta los medicamentos (lo que funciona para uno puede ser peligroso para otro); y
- nunca tome medicamentos en la oscuridad.

