



U.S. Food and Drug Administration

Aking Mga Medisina

Office Of Women's Health and The National Association Of Chain Drug Stores

MATALINONG PAGGAMIT NG MGA MEDISINA

Halos tatlung hanggang limampung porsiyento ng mga gumagamit ng medisina ay hindi sumusunod sa direksyon. Ito and dahilan kung bakit napapadala and pagpunta sa doktor, paghaba ng pagkaospital, pagbawas ng sahod, at pagpalit ng preskripsyon. Dahil nito, nakakagastos ng 76.6 bilyong dolares bawat taon ang mga Americano.

Mga babae ang madalas na namamahala ng mga medisina para sa kanyang pamilya at sa sarili. Gayon kailangan nating basahin ang mga etiketa, iwasan ang mga problema, magtanong, at itala ang mga gamot.

1. BASAHIN ANG ETIKETA

Basahin muna ang etiketa bago inumin ang gamot. Ito ay tagahiwatig ng:

Listahan ng mga sangkap - Huwag gamitin ang medisina kung alam mong isa sa mga sangkap ay mapinsala sa iyong kalusugan. Humingi ng ibang preskripsyon sa iyong doktor o parmasyutiko.

Paalaala- Basahin itong mabuti.

Petsa ng Pagwakas ng Bisa - Huwag gamitin and medisina pagkaraan ng petsa dahil maaaring wala na itong bisa.

2. IWASAN ANG MGA PROBLEMA

Minsan ang mga medisina ang sanhi ng mga problema tulad ng: pagkaantok, pagsuka, pagdugo, sakit ng ulo, o mga pantal. Kausapin ang iyong doktor, parmasyutiko, o nars tungkol sa mga epekto ng mga iniinom na gamot.

- Ayusin and iyong mga medisina.
- Huwag kalimutang inumin ang medisina.
- Huwag ibigay ang medisina sa iba.
- Huwag inumin ang gamot sa dilim.

3. MAGTANONG

- Anong pangalan ng medisina?
- Mayroon ba itong "generic"?
- Bakit ko kailangang inumin ito?
- Kailan ko kailangang inumin ito?
- Kailangan ko bang kumain bago inumin ito?
- Pwede ba akong uminon ng alkohol?
- Ano ang dapat kong gawin kung nakalimutan kong inumin ito?
- Gaano karami ang kailangan kong inumin?
- Hanggang kailan ko dapat inumin ito?
- Anong klaseng mga problema ang dapat kong obserbahan?

Kung ikaw ay buntis o nagpapasuso, humingi ng payo sa iyong doktor kung anong mga gamot o mga suplemento ang ligtas para sa iyo.

Itala ang mga reaksyon sa mga gamot _____

Doktor _____

Telepono _____

4. MAGTAGO NG TALA NG MGA GINAGAMIT NA GAMOT

Lagyan ng tsek ang kahon ng gamot na iyong ginagamit:

___ Aspirina o ibang gamot sa lagnat o sakit ng ulo

___ Gamot para sa "allergy"

___ "Antacid"

___ Gamot sa sipon

___ Gamot sa ubo

___ Pildoras para sa diyeta/suplemento

___ Pamurga

___ Pildoras para sa pagtulog

___ Bitamina

___ Minerales

___ Damong-gamot

___ Mga iba _____

Pangalan: _____

Listahan ng iyong mga preskripsyon:

Petsa	Pangalan ng Gamot	Gaano karami ang kailangang inumin?	Kailan ko kailangang inumin ito?	Gamot para sa:	Puning muli sa:

Ipaalaala sa iyong doktor, parmasyutiko, o nars na itawag sa FDA sa 1-800-FDA-1088 ang mga seryosong reaksyon sa gamot.

Ang dokumentong ito ay gawa ng FDA Office of Women's Health (OWH) at ng National Association of Chain Drug Stores (NACDS). Ang OWH at NACDS ay nagpapasalamat sa lahat ng mga samahan na nakilahok sa paggawa at pagmamahagi.



[Take Time to Care Home Page](#) | [Office of Women's Health Home Page](#) | [FDA Home Page](#)