



## A Amélia Rocha mantém todos os medicamentos da família no armário de medicamentos e uma cópia da lista actualizada na carteira.

Todos os anos, um milhão e meio de americanos ficam doentes devido a erros com a medicação – doses incorrectas, interacções perigosas entre medicamentos e reacções alérgicas. Mas, quando a Amélia toma os seus medicamentos, ela também toma as precauções necessárias para evitar erros. Em casa ela mantém uma lista dos medicamentos para toda a família e guarda uma cópia dessa lista na carteira ou bolsa. Assim, quando tem uma consulta médica, é fácil informar o médico de tudo quanto está a tomar,

### **Sugestões de segurança para os medicamentos**

- **Guarde uma lista actualizada dos medicamentos que estão a tomar:** os seus filhos, os seus pais, o seu cônjuge, você mesmo. Guarde sempre uma cópia na sua bolsa ou na sua carteira.
- **Informe o seu médico** acerca de todos os medicamentos que está a tomar, incluindo todos os medicamentos que não necessitam de receita médica, vitaminas e remédios naturais ou à base de plantas.
- **Tome a sua medicação apenas de acordo com as prescrições:** esteja atenta(o) a possíveis efeitos secundários e ao que fazer no caso de se esquecer de tomar uma dose. Tome sempre a prescrição completa – não a interrompa a meio.
- **Verifique bem os seus medicamentos quando os for aviar à farmácia**—veja se se trata do medicamento e da dose que o médico receitou. Em caso de dúvidas, fale com o farmacêutico.

incluindo vitaminas, remédios vendidos sem receita médica, bem comotratamentos usando plantas medicinais.

Além disso, quando a Amélia começa a tomar os medicamentos receitados, ela continua a tomá-los até terminar a receita. Ela sabe que, deixando de tomar os medicamentos receitados a meio do tratamento, mesmo que já se sinta melhor, pode provocar o regresso da doença ainda mais forte.

Estar informada e comunicar abertamente com o médico ajuda a Amélia a obter os melhores cuidados de saúde, tanto para ela como para a sua família.

— THE PARTNERSHIP FOR —  
**HEALTHCARE EXCELLENCE**

Para mais sugestões, visite [www.partnershipforhealthcare.org](http://www.partnershipforhealthcare.org)