



“Posso dar-lhe excelentes conselhos médicos em apenas três palavras: cumpra as prescrições”.

Sugestões de segurança terapêutica

- **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 e à base de plantas.
- **Tome a sua medicação apenas de acordo com as prescrições:** esteja atento 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.

Para mais sugestões, visite
www.partnershipforhealthcare.org

“Todos os anos, um milhão e meio de americanos ficam doentes devido a erros com a medicação. Toda a espécie de erros, desde doses incorrectas, a interacções perigosas entre medicamentos e a reacções alérgicas. Qual o primeiro passo para evitar esses erros? Tomar os medicamentos na quantidade correcta, na hora certa e da forma adequada.

Guarde uma lista de toda a sua medicação em casa, na sua carteira ou na sua bolsa. Quando for ao médico, leve a lista consigo. Assegure-se de que inclui nessa lista medicamentos que não necessitam de receita médica, como aspirina, e mesmo remédios naturais e à base de plantas que esteja a tomar.

E se lhe for receitado um medicamento para uma infecção, não deixe de o tomar até ao fim ou a infecção pode voltar ainda mais forte e mais difícil de tratar.

Faz tudo parte dos melhores cuidados de saúde para si e para a sua família”.

THE PARTNERSHIP FOR
HEALTHCARE EXCELLENCE