



Tome los Medicamentos Según lo Indicado

Lo Que Usted Debe Saber Sobre Sus Medicamentos



- Asegúrese de saber el nombre exacto de la(s) medicina(s) (marca or genérico) que usted toma.
- Algunas medicinas tienen marca y formas genéricas. Pregúntele a su médico si está bien substituir a su forma genérica.
- Aprenda por qué debe tomar cada medicamento (cómo trata el medicamento su condición).
- Tome sus medicamentos a la misma hora todos los días. Tomar sus medicamentos a una hora específica como a las 10:00 p.m. puede ser mejor que a la hora de acostarse si su hora de acostarse cambia. Trabaje con su médico para establecer un horario que sea conveniente para usted.
- Pregunte a su médico o a su farmacéutico si tiene preguntas sobre cómo tomar sus medicamentos.
- Informe a su médico si tiene problemas para tomar sus medicamentos (se le dificulta tragar, olvida tomarlos, le molesta el estómago, tiene otros problemas).
- Los efectos secundarios pueden ser molestos y peligrosos. Asegúrese de saber qué esperar.
- No tome demasiada o muy poca medicina. Sepa cuánto tomar y cuándo puede tomar más y qué medicinas se pueden tomar juntas.
- Cada vez que vaya al médico o al hospital, siempre lleve sus medicamentos o una lista de sus medicamentos incluyendo los medicamentos sin receta.
- Lleve un registro de cuándo necesita renovar sus medicamentos y llame a la farmacia para obtenerlos.
- Mantenga su lista de medicamentos con usted.

Encuentre Una Forma de Recordar Sus Medicamentos

Puede ser útil utilizar recordatorios para los medicamentos:

- Tome sus medicamentos a la misma hora en que hace otra rutina diaria (con el desayuno, al lavarse los dientes, cuando mira un programa de televisión diario).
- Ponga la alarma de mensaje de texto o del teléfono celular.
- Use una caja de píldoras con alarma vibradora, un organizador de píldoras, un dispensador automático de píldoras, un cronómetro o un reloj de bolsillo con alarma. Para encontrar el sistema correcto para usted:
 - ✓ Pregunte a su farmacéutico.
 - ✓ Pregunte a sus proveedores de suministros médicos locales.
 - ✓ Busque en la web utilizando palabras de búsqueda como “alarmas para píldoras”, “dispensador automático de medicamentos”, “e-píldora” o “temporizador de píldoras”.

(Comience su lista de medicamentos en la siguiente página)



Lista de Medicamentos

(Use un lápiz para Completar Este Formulario.)

Nombre: _____

- Pida a su médico o farmacéutico que le ayude a completar esta lista.
- Lea la etiqueta de cada medicina para indicaciones sobre cómo tomarla y los posibles efectos secundarios/señales de peligro/interacciones. Para más información consulte las hojas de la droga (medicamento).
- Cada vez que tenga una consulta con el médico, incluyendo su médico de atención primaria y sus especialistas, revise y actualice su lista de medicamentos.
- Después de una hospitalización, revise siempre su lista de medicamentos con su médico.

| Medicamento | Dosis (cuántos toma) | Hora (en que lo toma) | Por Qué to Toma | Qué Sucede si Olvida Tomarlo | Posibles Efectos Secundarios |
|-------------|-------------------------|--------------------------|-----------------|---------------------------------|---------------------------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

Se han preparado estos folletos mediante una subvención del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. (U.S. Department of Health and Human Services), la Administración de Servicios y Recursos de Salud (Health Resources and Services Administration), la Oficina de Salud Materno Infantil (Maternal and Child Health Bureau), D70MC12840. Fueron preparados por la UIC – División de Cuidado Especializado para Niños (University of Illinois at Chicago, Division of Specialized Care for Children) y el Capítulo de Illinois, Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics).

