

COM REDUIR LES REACCIONS ADVERSES D'UN MEDICAMENT

- **No prengueu cap medicament sense recepta**, a excepció dels medicaments publicitaris i, en aquest cas, demaneu consell al farmacèutic.
- **Informe el metge de tots els medicaments que preneu o heu pres recentment**, inclòs herbes medicinals, homeopatia, suplementes dietètics, vitamines...
- **Llegiu i conserveu els prospectes** dels medicaments que preneu
- **Conserveu els medicaments en el seu embalatge original.**
- En cas d'embaràs, alletament matern, presència de malalties cròniques o si es tracta d'infants, consulteu sempre al metge.
- **Eviteu el consum d'alcohol** quan esteu prenent medicaments.
- **No prengueu dosis superiors o inferiors** a les que us han receptat.
- **No abandoneu el tractament abans** del que us ha prescrit el metge, encara que us trobeu millor.
- **No perllongueu el tractament** pel vostre compte sense consultar-ho amb el metge.

Consulteu a un professional de la salut sobre qualsevol efecte secundari o sospita de reacció adversa d'un medicament que us preocupi.

LA SEGURETAT ESTÀ A LES NOSTRES MANS



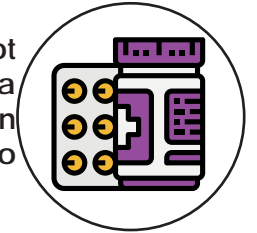
Els errors de medicació, les seves conseqüències negatives i els esdeveniments adversos per medicaments, constitueixen un greu problema de salut pública.

La seva prevenció està a les nostres mans i requereix la col·laboració i l'esforç de tots.

SEGURETAT EN L'ÚS DEL MEDICAMENT

QUÈ ÉS UN ERROR DE MEDICACIÓ?

Qualsevol incident que es pot prevenir i que pot causar dany a qui ho està prenent a causa d'una utilització inapropiada del medicament, quan aquest es troba sota control del personal sanitari o del pacient.



Per **exemple**: interpretar malament una recepta, una dosi, la durada del tractament o equivocar-se de medicament.

QUÈ ÉS UNA REACCIÓ ADVERSA?

Una reacció adversa a medicaments (també anomenada efecte advers o efecte secundari) és qualsevol resposta nociva i no intencionada que es produeix quan s'administra un medicament a la seva dosi habitual.

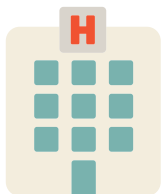
Un **exemple** pot ser la tos seca quan es prenen alguns medicaments antihipertensius, o el restrenyiment quan es prenen certs analgèsics (medicaments per al control del dolor).

QUÈ HEU DE FER PER EVITAR-LOS?

- Assegureu-vos que el vostre metge coneix totes les medicacions que preneu i si pren preparats dietètics, vitamines o plantes medicinals.
- Assegureu-vos d'entendre bé la recepta que us faci el metge, la dosi, durada i la tècnica d'administració.
- Informi el metge si és al·lèrgic a cap medicament o aliment.
- Informeu-vos bé de les possibles reaccions o efectes secundaris que pot ocasionar la medicació que pren.
- Tingui el seu pla de medicació sempre actualitzat i anoti:
 - Nom del medicament
 - Dosi o quantitat
 - Quan i com se l'ha de prendre
 - Durant quant de temps



Quan vagi a l'ambulatori, a la farmàcia o a l'hospital:



- Porti i mostri la llista de medicaments que està prenent.
- Anoti la nova medicació i actualitzi la llista després de la visita.
- Pregunti sempre com cal prendre els medicaments que li hagin receptat.
- Si no recorda com ha d'utilitzar el medicament, no dubti a preguntar-ho al seu metge, farmacèutic o infermera.
- Cal que l'informi si suspèn el tractament o no el segueix tal com se li va indicar.

RECOMANACIONS GENERALS

Mantingui els medicaments:

- En els envasos originals i amb el seu prospecte.
- Separats per a cada persona.
- En un lloc fresc i sec, fora de la llum i quan calgui a la nevera.
- Sempre fora de l'abast dels nens.
- Revisi la data de caducitat dels seus medicaments.
- No guardi mai els col·liris un cop finalitzat el tractament.
- No acumuli els medicaments a la farmaciola de casa i retorni a la farmàcia els que no ha utilitzat.

Recomanacions d'ús:

- Llegeixi acuradament el prospecte.
- Si pren formes líquides, utilitzi la mesura o dosificador de l'envàs.
- Respecti l'horari prescrit i la dosi de tractament

Pregunti al metge, farmacèutic, infermera...

- Si pot partir, mastegar o triturar el medicament, quan no se'l pugui empassar.
- Si ha de prendre el medicament amb aliments o fora d'àpats.
- Si es poden prendre altres medicaments en cas que es presentin símptomes menors (refredat, tos, etc.).
- Què fer si oblida prendre una dosi.
- Si cal que prengui els medicaments amb aigua o altres líquids (llet, suc...).



**“Si ha de prendre medicaments, faci-ho correctament.
Informi's sempre abans de prendre un medicament!”**