

# Taking Medicines Safely

Medicines are often part of treatment for illness or injury. There are many medicines. Your doctor will work with you to find the best medicine for you. Taking medicine is not without some risk for side effects. Follow the tips below for taking medicines safely.

- Keep a list of your medicines with you. Include prescription and over the counter medicines, herbs, vitamins and any home remedies you use.
- Show this list to all doctors, pharmacists and dentists who are treating you.
- Take your medicine as ordered by your doctor. Do not change or stop taking any medicine until you talk to your doctor.
- Take your medicines at the same time each day.
- Tell your doctor if you are pregnant, breastfeeding or on a special diet.
- Get a refill at least one week before your medicine is gone.
- Throw away unused or expired medicines.
- Do not take any new herbal products or over the counter medicines without first checking with your doctor or pharmacist. These products may change the way your other medicines work.

## **New Medicine**

- Check if the medicine is covered by your insurance or if a generic medicine can be used.
- Use only one pharmacy so they have a record of all of your medicines. They can make sure that your medicines can be taken together safely.
- Ask your doctor or pharmacist the following questions:
  - How do I take this medicine?
  - How long do I take this medicine? Do I take it until I am better? Is this a medicine I need to take always to keep my problem under control?

# Tomar medicamentos de manera segura

Los medicamentos con frecuencia son parte del tratamiento de enfermedades o lesiones. Existen muchos medicamentos. Su médico trabajará junto con usted para encontrarle el mejor medicamento. Tomar medicamentos siempre tiene el riesgo de efectos secundarios. Siga los consejos que aparecen a continuación para tomar medicamentos con seguridad.

- Mantenga una lista de sus medicamentos con usted. Incluya todos los medicamentos de venta con y sin receta médica, las hierbas, vitaminas y cualquier remedio casero que tome.
- Muéstrela lista a todos los médicos, farmacéuticos y dentistas que le están tratando.
- Tome sus medicamentos de acuerdo con las instrucciones de su médico. No cambie ni deje de tomar ningún medicamento hasta que hable con su médico.
- Tome sus medicamentos a la misma hora todos los días.
- Infórmele a su médico si está embarazada, amamantando o con una dieta especial.
- Obtenga una reposición al menos una semana antes de que se le acabe su medicamento.
- Deseche los medicamentos que ya no se usan o que están vencidos.
- No tome ningún producto a base de hierbas o medicamento nuevo de venta sin receta sin antes preguntarle a su médico o farmacéutico. Estos productos pueden cambiar la forma en que funcionan sus otros medicamentos.

## Medicamentos nuevos

- Verifique si el medicamento está cubierto por su compañía de seguros o si existe algún medicamento genérico que pueda usar.
- Compre en una sola farmacia, de manera que tengan un registro de todos sus medicamentos. Ahí se pueden asegurar de que sus medicamentos se pueden tomar juntos de manera segura.
- Hágale a su médico o farmacéutico las siguientes preguntas:
  - ¿Cómo tomo este medicamento?
  - ¿Durante cuánto tiempo debo tomar este medicamento? ¿Debo tomarlo hasta que mejore? ¿Es éste un medicamento que debo tomar siempre para mantener mi problema bajo control?

- What are the side effects and what do I do if they occur?
- What do I do when I forget to take my medicine?
- What do I do if I take an extra or too much medicine?

### **Storing Medicine**

- Keep all medicines in their containers unless you are using a pillbox.
- Store medicines in a cool, dry place.
- Keep bottles tightly capped and out of the reach of children.
- Do not give your medicines to anyone else.

### **Call your doctor if you:**

- Are having side effects.
- Have questions or concerns.

### **Write down this information:**

- What is the name of the medicine?
- Why do I take it?
- How much do I take?
- What times should I take it?

Use the form on the next page to write your medicines down and carry it in your wallet so you have it when you need it.

**Talk to your doctor, nurse or pharmacist if you have any questions about your medicines or how to take them.**

- ¿Cuáles son los efectos secundarios y qué debo hacer si ocurren?
- ¿Qué debo hacer cuando olvide tomar mi medicamento?
- ¿Qué debo hacer si tomo una dosis extra o demasiado del medicamento?

### **Almacenamiento de medicamentos**

- Mantenga todos los medicamentos en sus envases a menos que esté usando un pastillero.
- Guarde los medicamentos en un lugar fresco y seco.
- Mantenga los frascos bien tapados y fuera del alcance de los niños.
- No le dé sus medicamentos a nadie.

### **Llame a su médico si:**

- tiene efectos secundarios;
- tiene preguntas o inquietudes.

### **Anote esta información:**

- ¿Cómo se llama el medicamento?
- ¿Por qué lo tomo?
- ¿Cuánto tomo?
- ¿A qué horas debo tomarlo?

Use el formulario de la página siguiente para anotar sus medicamentos y mantener la lista en su billetera de manera que la tenga cuando la necesite.

**Hable con su médico, enfermera o farmacéutico si tiene alguna pregunta o inquietud acerca de sus medicamentos o cómo tomarlos.**

# Medicine List

Name of Medicine	Reason I take it	How much I take	Times I take it

## Allergies

---



---

## Key Phone Numbers

Pharmacy

---

Doctor

---

Poison Control 1-800-222-1222

---

# Lista de medicamentos

Nombre del medicamento	Razón para tomarlo	¿Cuánto tomo?	Veces que lo tomo

## Alergias

---

## Números de teléfono importantes

Farmacia

---

Médico

---

Control de envenenamientos 1-800-222-1222

Taking Medicines Safely. Spanish