

## CONSEJOS PARA EL USO RACIONAL, SEGURO Y RESPONSABLE DE SU MEDICACIÓN

---

Siga estos consejos para un uso seguro y responsable de su medicación.

- Conozca sus enfermedades
- Colabore con su médico y enfermera en la mejora de su salud, dé los antecedentes personales (datos de sus operaciones, vacunaciones, alergias...), y los antecedentes familiares que puedan tener importancia para su salud (cáncer. Diabetes, infartos...)
- Consulte que cambios en sus hábitos de vida que pueden ayudarle a mejorar su salud: ejercicio, dieta, sueño...E intente modificarlos.
- Haga una lista de las medicinas que toma y de cómo las tiene que tomar.
- Infórmese de que debe de hacer si olvida alguna dosis o si piensa que ha ingerido mas medicamento del que debía.
- Informe al médico sobre cualquier posible alergia a la medicación, o si está embarazada o lactando.
- Pregunte sobre los posibles efectos secundarios, y consulte inmediatamente a su médico si sospecha que ha sufrido alguno.
- Siga las indicaciones del médico, farmacéutico o profesional de atención sanitaria de cómo tomar la medicación. No lo modifique salvo que ellos se lo indiquen.
- No comparta su medicación con la familia o amigos, aunque tengan la misma enfermedad, pueden no necesitar el mismo tratamiento.