



Paso 1.- Pedir información

👉 ¿A quién la podéis pedir?

El médico o el farmacéutico nos pueden recordar siempre las instrucciones, pero mejor que las indiquen por escrito, así siempre las tendremos a mano para consultarlas en cualquier momento.

Hoy en día, en el ambulatorio de la Seguridad Social, nos dan unas recetas con dos hojas donde nos pueden escribir las instrucciones.

Paso 2.- Receta

👉 La receta facilita la comunicación entre el médico y el farmacéutico, y queda un volante para el paciente donde puede tener anotadas las instrucciones. Esta receta tiene dos hojas:

A. Primera hoja (para la farmacia): prescripción, posología, duración del tratamiento, datos del paciente...

B. Segunda hoja (para el paciente): es donde queda copiado el nombre del medicamento, la posología (cómo tomar el medicamento y cuando; ejemplo: 1 cápsula cada 8 horas.), la duración del tratamiento y, además: el diagnóstico, las instrucciones para el paciente (ejemplo: antes o después de comer, cucharada sopera o de café, etc.) y las instrucciones del farmacéutico.

Paso 3.- Comprobar nombre y dosis

👉 Antes de tomar el medicamento comprobad que el nombre y la dosis del medicamento son las que ha prescrito el médico.

En último término, es el paciente el responsable de su tratamiento.

Paso 4.-

👉 Fijaos en las **instrucciones** y en la **fecha de caducidad**.

Paso 5.-

👉 En caso de embarazo o lactancia informad al médico.

Embarazo

Durante el embarazo hay que tomar sólo los medicamentos recetados por el ginecólogo o médico de cabecera, que tiene que estar enterado de vuestro estado.

Lactancia

Si dais el pecho a vuestro hijo, debéis tener presente que algunos medicamentos que podáis estar tomando, es posible que pasen de vuestra leche a vuestro hijo.

Paso 6.-

👉 Comunicad al médico si tomáis otros medicamentos

Si sufrís enfermedades crónicas y vais a hacer una consulta al médico por otro problema, no olvidéis comunicarle vuestra enfermedad y lo que estáis tomando.

Hay muchos medicamentos que se pueden interferir entre ellos y producir efectos inesperados o pérdida de eficacia.