

## Pas 1.- Demaneu informació

- ✎ A qui la podeu demanar?  
**El metge o el farmacèutic** ens poden recordar sempre les instruccions, però millor que les indiquin per escrit, així sempre les tindrem a mà per consultar-les en qualsevol moment. Avui en dia, a l'ambulatori de la Seguretat Social, ens donen unes receptes amb dos fulls on ens poden escriure les instruccions.

## Pas 2.- Recepta

- ✎ La recepta facilita la comunicació entre el metge i el farmacèutic, i queda un volant per al pacient on pot tenir anotades les instruccions. Aquesta recepta té dos fulls:  
**A. Primer full** (per a la farmàcia): prescripció, posologia, durada del tractament, dades del pacient...  
**B. Segon full** (per al pacient): és on queda copiat el nom del medicament, la posologia (com prendre el medicament i quan; exemple: 1 càpsula cada 8 hores), la durada del tractament i, a més: el diagnòstic, les instruccions per al pacient (exemple: abans o després de menjar, cullerada sopera o de cafè, etc.) i les instruccions del farmacèutic.

## Pas 3.- Comproveu nom i dosi

- ✎ Abans de prendre el medicament comproveu que el nom i la dosi del medicament són les que ha prescrit el metge.  
En darrer terme, és el pacient el responsable del seu tractament.

## Pas 4.-

- ✎ Fixeu-vos en les **instruccions** i en la **data de caducitat**.

## Pas 5.-

- ✎ En cas d'embaràs o lactància, informeu el metge.  
**Embaràs**  
Durant l'embaràs cal prendre només els medicaments receptats pel ginecòleg o metge de capçalera, que ha d'estar assabentat del vostre estat.  
**Lactància**  
Si doneu el pit al vostre fill, tingueu present que alguns medicaments que pugueu estar prenent poden passar de la vostra llet al vostre fill.

## Pas 6.-

- ✎ Comuniqueu al metge si preneu altres medicaments  
Si patiu malalties cròniques i aneu a fer una consulta al metge per un altre problema, no oblideu comunicar-li la vostra malaltia i el que esteu prenent.  
Hi ha molts medicaments que poden interferir entre ells i produir efectes inesperats o pèrdua d'eficàcia.