

¡Conozca sus medicamentos, es importante!



En MemorialCare, reconocemos el profundo efecto que una lista de medicamentos precisa y actualizada puede tener, y animamos a todos a conocer sus medicamentos y a mantener una lista precisa para llevar a sus citas médicas y visitas al hospital.

Consejos para conocer sus medicamentos

- Conozca qué condición o síntomas trata el medicamento.
- Comprenda las instrucciones antes de tomar el medicamento.
- Conozca los efectos secundarios que puede tener al tomar el medicamento.
- Tenga en cuenta la dosis de su receta (por ejemplo, 10mg)
- Asegúrese de que el medicamento sea el mismo, si es un resurtido.
- Deseche adecuadamente los medicamentos que estén vencidos o que ya no tome.
- Haga una lista de medicamentos en casa que sea fácilmente accesible y que se actualice con frecuencia.

Empodérese, mejore sus citas y priorice su salud al comprender bien todos los medicamentos que toma y al llevar una lista precisa y actualizada de medicamentos a todas las visitas.



Lista de medicamentos en casa

Hacer una lista efectiva de medicamentos en casa no tiene por qué ser una tarea compleja. Aquí tiene algunos consejos para comenzar:

- 1. Utilice nuestra lista de medicamentos en casa:** Descargue una lista de medicamentos en blanco en [memorialcare.org/medication](https://www.memorialcare.org/medication)
- 2. Incluya todos los medicamentos:** Haga una lista de los medicamentos con receta, las cremas medicadas, los medicamentos de venta libre, las gotas para los ojos u oídos, los suplementos (incluyendo el CBD) y las vitaminas, incluyendo la dosis y la frecuencia.
- 3. Actualícela con regularidad:** Mantenga la lista actualizada al anotar cualquier cambio en sus medicamentos, como nuevas recetas, ajustes de dosis, cambios de frecuencia o interrupciones.
- 4. Sea específico:** Proporcione información sobre cómo toma cada medicamento, como con o sin comida, por la mañana o por la noche, etc.
- 5. Almacene de forma segura:** Mantenga una copia digital o impresa de su lista de medicamentos en casa en un lugar seguro y de fácil acceso. Tome una foto de cada página de la lista de medicamentos con la cámara de su teléfono celular, así siempre la tendrá con usted.