

Hiểu Rõ về Thuốc Của Quý Vị — Điều Này Rất Quan Trọng!



Tại MemorialCare, chúng tôi hiểu rõ những tác động sâu sắc mà một danh sách thuốc chính xác và cập nhật có thể mang lại. Chúng tôi khuyến khích mọi người hiểu rõ về thuốc của mình và mang theo một danh sách chính xác trong các buổi hẹn thăm khám y tế và những lần thăm khám tại bệnh viện.

Lời Khuyến để “Hiểu Rõ về Thuốc Của Quý Vị”

- Biết rõ thuốc điều trị cho tình trạng hoặc triệu chứng nào
- Hiểu rõ hướng dẫn cách sử dụng trước khi dùng thuốc
- Biết về các tác dụng phụ có thể xảy ra khi dùng thuốc
- Ghi nhớ hàm lượng của thuốc theo đơn của quý vị (ví dụ: 10mg)
- Khi mua bổ sung, đảm bảo mua cùng một loại thuốc
- Thải bỏ đúng cách các loại thuốc đã hết hạn hoặc quý vị không còn dùng nữa
- Lập một danh sách thuốc dùng tại nhà để tiếp cận và được cập nhật thường xuyên

Hãy trang bị kiến thức cho bản thân, nâng cao hiệu quả các buổi hẹn khám chữa bệnh và ưu tiên sức khỏe của quý vị bằng cách tìm hiểu đầy đủ về tất cả các loại thuốc mà quý vị dùng cũng như mang theo một danh sách thuốc chính xác và cập nhật trong mọi buổi thăm khám.



Danh Sách Thuốc Dùng Tại Nhà

Việc lập Danh Sách Thuốc Dùng Tại Nhà hiệu quả thực ra rất đơn giản. Dưới đây là một số lời khuyên để bắt đầu:

- 1. Sử dụng Danh Sách Thuốc Dùng Tại Nhà của chúng tôi:** Tải xuống mẫu danh sách thuốc còn để trống tại [memorialcare.org/medication](https://www.memorialcare.org/medication)
- 2. Bao Gồm Tất Cả Các Loại Thuốc:** Liệt kê các thuốc kê đơn, kem bôi có chứa thuốc, thuốc không kê đơn, thuốc nhỏ mắt/tai, thực phẩm bổ sung (bao gồm CBD) và vitamin, bao gồm cả liều lượng và tần suất dùng thuốc.
- 3. Cập Nhật Thường Xuyên:** Cập nhật danh sách bằng cách ghi lại bất kỳ thay đổi nào về thuốc của quý vị, chẳng hạn như đơn thuốc mới, điều chỉnh liều lượng, thay đổi tần suất hoặc ngừng dùng thuốc.
- 4. Ghi Chép Chi Tiết:** Ghi vào danh sách các thông tin chi tiết về cách quý vị dùng từng loại thuốc, chẳng hạn như dùng trước hay sau khi ăn, dùng vào buổi sáng hay buổi tối, v.v.
- 5. Giữ An Toàn:** Giữ một bản sao kỹ thuật số hoặc bản in của Danh Sách Thuốc Dùng Tại Nhà ở nơi an toàn và dễ tiếp cận. Dùng camera của điện thoại di động chụp ảnh từng trang của Danh Sách Thuốc để luôn mang theo bên mình.