

# 了解个人用药 - 至关重要！

在 MemorialCare，我们认为确保用药清单准确无误且及时更新有着深远的意义。建议所有人都详细了解个人用药情况，同时制作准确清单，以便在医疗预约和医院就诊时随身携带。

## “了解个人用药”提示

- 了解药物所治疗的病情或症状
- 服药前注意查看说明
- 了解服用药物可能产生的副作用
- 记住处方所规定的用药强度（例如 10 毫克）
- 续购药物时，确认是否与之前药物相同
- 妥善处理过期或不再服用的药物
- 创建便于查看且时常更新的家庭用药清单

充分了解自己服用的所有药物，并在每次就诊时携带准确且最新的用药清单，从而改善就诊体验。在此过程中，也可以增加对自己的关注度，真正做到将健康放在第一位。



[memorialcare.org/medication](http://memorialcare.org/medication)



## 家庭用药清单

创建有效的家庭用药清单并不复杂。以下是一些入门提示：

1. **使用我们的家庭用药清单：**访问 [memorialcare.org/medication](http://memorialcare.org/medication) 下载空白药物清单
2. **囊括所有药物：**列出处方药、药膏、非处方药、眼药水/耳药水、补充剂（包括大麻二酚 (CBD)）和维生素，写明剂量和用药频率。
3. **定期更新：**记录药物的任何变化（例如新处方、剂量调整、频率变化或停药），确保清单保持最新状态。
4. **内容详尽：**提供有关如何服用每种药物的详细信息，例如随餐服用、早上服用或晚上服用等。
5. **妥善保管：**将家庭用药清单的电子版或打印版保存在安全且便于取用的位置。使用手机相机拍下用药清单的每一页，以便随时查看。