

UTILIZANDO SUS MEDICAMENTOS CON SEGURIDAD

Una guía para la salud mediante las recetas médicas

**COLABORACION PARA LA
SEGURIDAD DEL PACIENTE DE MADISON**

www.madisonpatientsafety.org

TABLA DE MATERIALES

Introducción.....	1
Utilizando una Tarjeta Personalizada en su Cartera	2
Preguntas para sus Proveedores de Cuidado de Salud y su Farmacéutico	3
Obteniendo lo Más Posible de su Visita a su Proveedor de Cuidado de Salud	4
Obteniendo lo Más Posible de su Viaje a la Farmacia.....	5
Haciendo Rendir lo Más Posible del Uso de su Medicamento en Casa	6
Aumentando al máximo la Seguridad del Medicamento cuando Ud. esté en el Hospital	7
Consideraciones para Seleccionar a su Farmacéutico.....	8

A través de la Colaboración para la Seguridad del Paciente de Madison, los hospitales y grupos médicos de Madison trabajan cooperativamente para desarrollar e implementar soluciones designadas para mejorar la calidad y seguridad de todo el cuidado del paciente proporcionado dentro de la comunidad.

INTRODUCCION

Cuando se toman apropiadamente, los medicamentos pueden mejorar su salud e incrementar su calidad de vida. Cuando se toman incorrectamente, pueden poner su salud----y aún su vida--- en peligro.

¿Cómo puede Ud. evitar problemas con sus medicamentos y recibir el más grande beneficio de salud posible?

Esta guía le ayudará. Tiene sugerencias para hacer un registro de sus medicamentos de receta y sus medicamentos que no requieren receta que le ayudará a manejar la información relacionada con los medicamentos, aún si toma varios medicamentos, recetados por varios proveedores diferentes.

Las siguientes páginas contienen consejos para hablar con sus proveedores de cuidado de salud (médicos, enfermera, asistente del médico) y su farmacéutico los cuales le ayudarán a tomar un papel activo en el cuidado de su salud. Además, los proveedores de cuidado de salud y los farmacéuticos de Wisconsin están trabajando para reducir el potencial de problemas relacionados con el uso de medicamentos. La buena comunicación les ayudará a proporcionarle el mejor cuidado posible.

UTILIZANDO UNA TARJETA PERSONALIZADA EN SU CARTERA

Mantenga una lista actualizada de sus medicamentos en su cartera o bolsa. Esta lista debería incluir:

nombre de cada medicamento;

dosis de cada medicamento;

propósito de cada medicamento;

con qué frecuencia toma cada uno;

nombre de su farmacia;

mes/año en que usted comenzó a tomar cada medicamento.

Incluya en esta lista suplementos nutricionales, remedios herbarios, medicamentos que no requieren receta que Ud. tome, además de cualquier muestra dada a Ud. por su proveedor de cuidado de salud.

Siempre que su medicamento cambie, revise su lista.

Guarde una lista de medicamentos que no pueda tomar, y las **razones** por las cuales no las pueda tomar. Incluya cualquier alergia a alimentos.

Muestre esta lista de medicamentos a sus proveedores de cuidado de salud y a su farmacéutico en cada visita.

Tenga números de teléfono de sus proveedores de cuidado de salud, farmacéutico, servicio médico de emergencia y centro de envenenamiento rápidamente disponible.

Por favor desprendá la tarjeta para la cartera que le hemos proporcionado dentro del forro posterior y utilízela para llevar un registro de sus medicamentos.

PREGUNTAS PARA HACER A SU FARMACEUTICO Y SUS PROVEEDORES DE CUIDADO DE SALUD

¿**Cuál es el nombre** del medicamento (de marca y genérico)?

¿**Por qué necesito tomar este medicamento?**

¿**Cómo debería tomar el medicamento?**

¿**Por cuánto tiempo debería tomar** el medicamento?

¿**Debería esperar algunos efectos secundarios** y qué debería hacer si ocurren?

¿**Trabjará este medicamento recetado con seguridad** junto con los otros que tomo que requieren receta y con los que no la requieren?

¿**Debería evitar alcohol**, cualquier otro medicamento, alimento, y/o actividad?

¿**Cómo guardo** el medicamento?

¿**Qué pasa si se me olvida** tomar este medicamento?

¿**Se puede volver a surtir esta receta, y cada cuánto se debe surtir?**

¿**Cuánto tiempo** hasta que este medicamento se echa a perder?

¿**Puedo obtener información escrita** sobre este medicamento?

¿**Cómo sé** si este medicamento está funcionando?

Si es aplicable, ¿**es seguro embarazarse** o dar pecho mientras se toma este medicamento?

OBTENIENDO LO MAS POSIBLE DE SU VISITA A SU PROVEEDOR DE CUIDADO DE SALUD

Lleve su lista de medicamentos cada vez que vaya al consultorio de su proveedor de cuidado de salud, especialmente si usted ve a más de un proveedor. Un proveedor podría no saber sobre otros medicamentos que otros proveedores le han recetado.

Aconseje a quien le hace recetas a escribir la razón del medicamento directamente en la receta.

Asegúrese de conocer el nombre del medicamento recetado, cómo lo debe de tomar, y su propósito antes de irse del consultorio. Muchos nombres de medicamentos se ven iguales cuando están pobremente escritos; conociendo el propósito le ayuda a usted y al farmacéutico a verificar la receta una segunda vez. Cuando usted lleve la receta a la farmacia, verifique por segunda vez la información en la etiqueta.

¡Tenga cuidado con las muestras de medicamentos! Los problemas con las muestras de medicamentos comienzan cuando se le dan a usted sin las instrucciones claras para usarse. Para estar en el lado seguro, pida información escrita sobre la muestra del medicamento. Además, asegúrese de que la muestra lleve una etiqueta con su nombre, el nombre y potencia del medicamento, la razón para el medicamento, la cantidad que debería tomar, y con qué frecuencia la debería de tomar.

Dígale a su proveedor de cuidado de salud si usted está tomando muestras de medicamentos.

Asegúrese de que su proveedor de cuidado de salud verifique interacciones dañinas con sus otros medicamentos. Farmacéuticos verifican interacciones de medicamentos y alergias, pero cuando su doctor le da muestras, esta importante verificación puede ser omitida.

Dígale a su proveedor de cuidado de salud sobre cualquier cambio en la vida diaria, tales como dormir/comer.

Sea honesto/a con su proveedor de cuidado de salud sobre sí o no ha estado tomando sus medicamentos como se le recetaron.

Antes de cualquier prueba o procedimiento, tenga la certeza de que sus proveedores de cuidado de salud estén enterados de cualquier alergia a algún medicamento o alimento (por ejemplo, mariscos), y los medicamentos que usted toma actualmente. Pregunte si hay instrucciones especiales respecto a sus medicamentos antes y después del procedimiento.

OBTENIENDO LO MAS POSIBLE DE SU VIAJE A LA FARMACIA

Lea la etiqueta cuidadosamente en su receta. Asegúrese de que pueda leer la etiqueta y de que comprenda todo lo que significa. Si no, pida a su farmacéutico que le explique lo que no entienda.

Cuando surta de nuevo un medicamento, verifique el medicamento cuidadosamente. Asegúrese que el medicamento es de la misma forma, tamaño y color como el que ha estado tomando. Si no, pida a su farmacéutico verificar que el medicamento es el correcto.

Permita unos minutos para hablar de su(s) medicamento(s) cada vez que vea a su farmacéutico (de hecho, usted debería insistir en este servicio cuando seleccione a su proveedor de farmacia.)

Renueve sus medicamentos antes de que se le terminen. Llame para surtir de nuevo varios días por adelantado para evitar que sus medicamentos sean surtidos durante las horas más ocupadas de la farmacia.

Si es posible, **utilice una farmacia para todas sus necesidades de medicamentos.** Esto ayuda a su farmacéutico a llevar un registro de todos sus medicamentos y asegura una evaluación apropiada del medicamento para minimizar interacciones de los medicamentos y duplicación de la terapia.

Pregunte todo lo que no entienda.

Cada año, pida a su farmacéutico que le proporcione un repaso completo de sus medicamentos.

Sea honesto con su farmacéutico acerca de sí o no ha estado tomando sus medicamentos como se le recetaron.

Dígale a su farmacéutico si está tomando muestras de medicamentos.

Dígale a su farmacéutico sobre cualquier cambio en la vida diaria, tales como el comer/dormir.

HACIENDO RENDIR LO MAS POSIBLE EL USO DE SU MEDICAMENTO EN CASA

Considere el utilizar instrumentos simples para ayudar a mejorar su capacidad para tomar sus medicamentos a la hora correcta, y para evitar el olvidar tomar medicamentos. Ejemplos incluyen: cajas de medicamentos, tablas, calendarios, etc.

Tome los medicamentos como se le recetaron, aun si se está sintiendo mejor. Comuníquese con su proveedor de cuidado de salud si usted piensa que necesita dejar de tomar un medicamento antes de tiempo.

No comparta sus medicamentos con ninguna otra persona, y no tome medicamentos dados a usted por alguien. Usted no sabe si los medicamentos de otra persona van a interactuar con los suyos, la dosis puede ser la equivocada, o usted puede tener alergia a sus medicamentos.

Almacene todos los medicamentos donde los niños y los animales domésticos no tengan acceso a ellos.

Deshágase de todos los medicamentos viejos apropiadamente. Los niños y los animales domésticos podrían encontrar los medicamentos cuando se tiran al basurero. Algunos medicamentos podrían llegar a ser tóxicos después de la fecha de expiración. Consulte con su farmacéutico sobre la eliminación apropiada.

Tire los antibióticos en forma de líquido cuando los niños se ha terminado la cantidad recetada por su proveedor de salud.

Para dar medicamento en forma de líquido, utilice solamente el aparato de medir que viene con él. Esto es especialmente importante cuando se administra un medicamento recetado o un medicamento que no requiere receta a un niño. Las cucharaditas y cucharadas de la casa no son exactas. En cambio, su farmacéutico o proveedor de cuidado de salud puede darle un instrumento de medición especial.

No almacene los medicamentos en el botiquín del baño o directamente a los rayos del sol. La humedad, el calor y la luz pueden afectar la potencia y la seguridad de los medicamentos.

Mantenga los medicamentos para la gente separados de los medicamentos para los animales domésticos o de los químicos de la casa. Los errores son peligrosos.

No guarde los tubos de ungüentos o cremas junto a su tubo de pasta de dientes.

No aplaste, mastique o rompa ninguna cápsula o tableta a menos que se le indique.

Algunos medicamentos no serán efectivos cuando son aplastados o están quebrados, y otros pueden ser dañinos.

Encienda las luces para tomar sus medicamentos. Si usted no puede ver lo que está tomando, podría tomar lo equivocado.

AUMENTANDO AL MAXIMO LA SEGURIDAD DEL MEDICAMENTO CUANDO USTED ESTA EN EL HOSPITAL

Pregunte cómo contactar al farmacéutico de su hospital para hablar acerca de sus medicamentos.

Lleve con usted sus medicamentos y la lista de ellos cuando vaya al hospital. Sus proveedores de cuidado de salud podrían querer saber lo que usted está tomando. Después de que los hayan visto, pregúnteles si debería usted mandar sus medicamentos a casa con su familia.

Dígale a su proveedor de cuidado de salud y al farmacéutico del hospital que usted quiere saber los nombres de cada medicamento que se le da y el porqué los está tomando. Haciendo preguntas, usted podría evitar errores.

Vea todos los medicamentos antes de tomarlos. Si usted no sabe para que son, o si se ven diferentes de lo esperado, pregunte porqué. Podría ser un medicamento genérico, o podría ser el medicamento equivocado. Haga las mismas preguntas que le haría a su farmacéutico local.

No permita que nadie le de medicamentos sin verificar cada vez su brazalete de identificación del hospital. Esto le ayuda a prevenir tomar el medicamento de alguna otra persona.

Antes de cualquier prueba o procedimiento, esté seguro de que su proveedor de cuidado de salud esté enterado de cualquier alergia a medicamentos o alimentos (por ejemplo, mariscos), y los medicamentos que usted actualmente toma. Pregunte si hay instrucciones especiales respecto a sus medicamentos antes y después del procedimiento.

Cuando usted esté listo para irse a casa, pida que un proveedor de cuidado de salud o el farmacéutico del hospital revise cada medicamento con usted y alguna persona que le proporcione cuidados. Pida el plan de tratamiento antes de que se vaya del hospital, y cuáles medicamentos debería continuar tomando. Actualize su lista de medicamentos de casa si cualquier receta cambia o si le dan nuevos medicamentos, y notifique a su principal proveedor de cuidado de salud, incluyendo a su farmacéutico, sobre cualquier cambio que ocurrió en el hospital.

CONSIDERACIONES PARA SELECCIONAR A SU FARMACEUTICO

- ¿Está el farmacéutico dispuesto a trabajar conmigo** para ayudar a que los medicamentos sean más fáciles de tomar?
- ¿Está el farmacéutico dispuesto a pasar tiempo para hablar de** mi régimen de medicamentos conmigo?
- ¿Puedo contactar a mi farmacéutico para hablar de preguntas** o preocupaciones sobre mis medicamentos?
- ¿Me ayuda el farmacéutico a seleccionar** los mejores medicamentos para mí (que no requieren receta) y me ayuda a evitar medicamentos (que no requieren receta) que podrían interactuar con mis medicamentos de receta?

Este folleto ha sido desarrollado y respaldado por las siguientes organizaciones del cuidado de la salud de Wisconsin:

Despegue esta tarjeta
de medicamentos para su
cartera, dóblela a la mitad y
manténgala con Ud. para referencia.

Tarjeta de Medicamentos de Cartera

Nombre:

Teléfono:

Fecha de Nacimiento:

Principal Proveedor de Cuidado:

Teléfono:

Farmacia:

Teléfono:

Alergias a Medicamentos:

Otras Alergias:

Registro de Inmunizaciones

Inmunizaciones	Mes/ Año	Mes/ Año	Mes/ Año	Mes/ Año
Difteria/Tétano				
Pneumococos				
Influenza				
Otra				

