



Medicamentos

PERGUNTE, SEMPRE!

Para uma utilização efectiva e segura dos medicamentos, importa conhecer as suas duas faces: a dos benefícios e a dos riscos. O seu farmacêutico pode ajudar

CONHEÇA OS MEDICAMENTOS QUE TOMA

Os medicamentos ajudam a prevenir, a tratar e a curar doenças. Mas não há medicamentos inócuos: todos têm benefícios e riscos. Os benefícios são os efeitos positivos que têm sobre o estado de saúde, enquanto os riscos são os efeitos adversos relacionados com o seu uso. Conhecer os efeitos é fundamental para uma utilização efectiva e segura dos medicamentos.

Um doente responsável é um doente informado. A dúvida pode levar ao erro. Pergunte ao seu médico e ao seu farmacêutico tudo o que precisa saber sobre os seus medicamentos:

- O nome e para que servem os medicamentos que estão a ser receitados ou aconselhados?
- Qual o seu efeito?
- Como devem ser tomados?
- Durante quanto tempo devem ser tomados?
- Quais os cuidados especiais a ter durante a toma ou utilização?
- Que efeitos adversos podem surgir e o que devo fazer caso ocorram?

A resposta a estas cinco questões é essencial, porque:

- Há medicamentos com nomes diferentes, mas com as mesmas substâncias, por isso iguais. Conhecer os medicamentos que toma e os efeitos positivos é importante para o tratamento.
- A forma de administração varia. Há medicamentos que se tomam oralmente, outros que se aplicam na pele, nos olhos ou nos ouvidos e ainda os que são injectáveis. A dose e os intervalos entre tomas são adaptados a cada doente e a cada situação.
- Os medicamentos levam tempo a fazer efeito, por isso o tratamento não deve ser interrompido, salvo sob indicação do médico e/ou do farmacêutico.
- Pode ser necessário tomar certas precauções quando se tomam: não beber álcool, não conduzir máquinas, não ingerir certos alimentos ou afastar a toma de outros medicamentos.
- Os medicamentos causam efeitos adversos que é preciso conhecer e acautelar: se ocorrerem devem ser comunicados ao médico e/ou farmacêutico.

AJUDE O SEU MÉDICO E FARMACÊUTICO A AJUDÁ-LO

O seu médico e o seu farmacêutico precisam ter informação que lhes permita escolher o medicamento mais seguro e efectivo. Assim, informe-os se:

- Tem outros problemas de saúde
- Toma outros medicamentos, mesmo que ocasionalmente
- Toma medicamentos das chamadas medicinas alternativas, produtos à base de plantas ou suplementos vitamínicos
- Segue alguma dieta alimentar
- Toma a pílula
- Se está grávida, planeia engravidar ou está a amamentar.

ESTÁ NAS SUAS MÃOS

O uso efectivo e seguro dos medicamentos depende essencialmente dos doentes. Para diminuir os riscos, respeite sempre algumas medidas essenciais:

- As instruções do médico e/ou farmacêutico quanto ao modo de utilização;
- Leia o folheto informativo existente no interior da embalagem;
- Cumpra a dose e os intervalos entre tomas ou aplicações recomendados;
- Não interrompa a toma por iniciativa própria;
- Use apenas os medicamentos aconselhados por profissionais de saúde;
- Não partilhe medicamentos, mesmo que os sintomas sejam os mesmos;
- Mantenha os medicamentos fora do alcance das crianças;
- Guarde-os ao abrigo da luz, do calor e da humidade (evite a casa de banho e a cozinha);
- Guarde os medicamentos no frigorífico sempre que indicado (alguns antibióticos, vacinas, insulina);
- Entregue na farmácia os medicamentos fora de uso ou de prazo.

COM A AJUDA DESTA FARMÁCIA

O uso efectivo e seguro dos medicamentos depende da correcta troca de informação entre profissionais de saúde e doentes para optimizar os benefícios e minimizar os riscos. Se tem dúvidas, fale com o seu farmacêutico: ele está apto a esclarecê-lo sobre a forma de utilização, a duração do tratamento, os possíveis efeitos adversos e o modo de os prevenir e ultrapassar. Não hesite: na dúvida, pergunte.