

em local seco, longe do sol,
crianças. Siga as orientações
atenção à data de validade.
vencidos!

imento uma única vez ao dia
ssim que se lembrar!

imento mais de uma vez ao dia
dose, evite tomar as duas doses
e o risco de se intoxicar.

m se combinar ao álcool e
Pergunte ao seu médico se há
médios que ele lhe receitou.

ropes e pomadas também são
s acima valem para eles também!

e ao profissional de saúde o
cimento de qualquer problema
lizar um medicamento ou entre
ontato com a Ouvidoria Geral da
e pelo telefone 0800 644 4414.



PARANÁ
GOVERNO DO ESTADO
Secretaria da Saúde

Para mais informações
procure uma Unidade de Saúde

Medicamentos: Você sabe como usar?



Uso Racional de Medicamentos
Orientações para Idosos

USO SEGURO DE MEDICAMENTOS POR IDOSOS

Usar medicamentos de forma racional significa fazê-lo com segurança. Quando mal utilizados ou quando utilizados em excesso, podem causar problemas como efeitos colaterais indesejáveis, intoxicação, interações medicamentosas, ausência ou diminuição do efeito.

Nosso corpo processa os medicamentos de forma diferente à medida que envelhecemos, e assim alguns medicamentos ou doses que são seguros para pessoas mais jovens podem ser perigosos para um idoso.

É importante que você siga corretamente as orientações contidas na receita de seu médico ou dentista!



DICAS PARA O USO SEGURO DE MEDICAMENTOS

- Faça uma lista de todos os seus medicamentos, informe as doses e os horários em que os toma. Informe inclusive aqueles que não foram receitados por médicos como suplementos, vitaminas e produtos naturais. Mantenha esta lista atualizada e mostre a todos os médicos com quem consultar. Conhecendo tudo o que você usa, ele poderá evitar receitar medicamentos duplicados ou que possam se combinar a outro que você já usa, causando efeitos indesejáveis.
- Preste atenção aos efeitos colaterais. Se tiver alergia ou qualquer outro tipo de sintoma, avise seu médico ou ao farmacêutico. Os efeitos colaterais dos medicamentos podem ser indicativos de reações sérias e não devem ser ignorados.
- Conheça os seus medicamentos! Peça ao seu médico ou ao farmacêutico que lhe explique para que serve e como funciona cada um deles. Assim, se outro médico lhe receitar um medicamento semelhante, você poderá alertá-lo, evitando duplicação de medicamentos.
- Muitos medicamentos possuem a mesma substância ativa, mas têm embalagens e nomes comerciais bem diferentes. Verifique na embalagem o nome da substância ativa para evitar seu uso duplicado.
- Muitos medicamentos diferentes possuem a embalagem parecida. Esteja atento para não tomar o medicamento errado e procure uma maneira de diferenciá-los (uma tarja colorida, uma etiqueta etc)!

• Não aceite indicações de amigos e vizinhos. Lembre-se que medicamentos diferentes umas das outras: o que pode não ter o mesmo efeito em uma pessoa não "receite" para ninguém o que é bom para você!

• Siga exatamente as instruções. Peça a seu médico que use letra legível e escreva a receita num computador. Não esqueça de trazer todas as orientações para o uso dos medicamentos. Se a farmácia não tiver, deve lhe fornecer uma cópia.

• Verifique com seu médico o horário em que os medicamentos podem ser tomados e se devem ser tomados com as refeições para evitar esquecimento.

Não Use Medicamentos