

MassMedLink to Health

MassMedLink para la salud Seguridad de los medicamentos

Puede haber varias razones por las cuales una persona no tome adecuadamente sus medicamentos. El medicamento puede ser muy caro. Si una persona no puede pagar por su medicamento, esa persona simplemente no está tomando el medicamento. Las indicaciones sobre cómo tomar el medicamento pueden no estar claras o haber sido malinterpretadas. Posiblemente, el paciente está preocupado sobre efectos secundarios potenciales. Puede haber confusión sobre el propósito de usar el medicamento o el paciente se siente bien y piensa que no necesita tomar el medicamento.

El primer consejo para el uso seguro del medicamento es aprender sobre el mismo.

Pregunte el nombre de su medicamento. Todos los medicamentos tienen un nombre comercial y un nombre genérico. Pregunte el propósito del medicamento, ¿para que sirve el medicamento y que se supone que éste haga? A continuación, pregunte qué puede cuál debe ser su expectativa. Por ejemplo, ¿cuánto tiempo pasará antes de que el medicamento haga efecto? Algunos medicamentos toman semanas o hasta meses antes de que se alcance el resultado terapéutico completo. También consulte qué tipo de controles necesita, por ejemplo análisis de sangre o procedimientos de seguimiento.

Continuando con el aprendizaje sobre sus medicamentos, pregunte, **¿cuáles son los efectos secundarios?** Algunos efectos secundarios pueden producirse solamente al comenzar a tomar el medicamento nuevo. Algunos efectos secundarios se producen después de que el medicamento se ha tomado durante algún tiempo. Pregunte si el medicamento interactuará con otros medicamentos que está tomando actualmente. Asegúrese de controlar las posibles interacciones con productos de venta libre, vitaminas, y hierbas que también esté tomando. Aprenda cómo guardar su medicamento. Algunos medicamentos requieren refrigeración hasta que se abran mientras que es mejor dejar otros a temperatura ambiente. Tenga cuidado con los lugares para guardar donde haya cambios significativos de temperatura y humedad, por ejemplo el gabinete de medicamentos del baño o un gabinete cerca de la estufa en la cocina.

Además, conozca las dosis de sus medicamentos. **¿Cuánto y durante cuánto tiempo tomará usted el medicamento?** Algunos medicamentos requieren una dosis de carga que es una dosis inicial grande seguida por una dosis inferior a partir de la primera.

Otros medicamentos pueden requerir una dosis inicial menor, seguida por un aumento lento de la dosis hasta que se haya alcanzado la dosis necesaria. Pregunte que debe hacer si se olvida de una dosis. También sepa que algunos medicamentos no deben suspenderse abruptamente, sino disminuirse con el tiempo. Entienda la medición correcta del medicamento. Una cucharita o una cucharada de cocina pueden variar enormemente de una cucharita o una cucharada con medida. Si se va a inyectar medicamentos, asegúrese de entender la dosis y la medición correctas.

Aprenda a tomar o usar su medicamento adecuadamente. ¿Debe tomarlo por boca, inhalado o inyectado? ¿Debe aplicarse sobre la piel, en los ojos, los oídos? También aprenda el mejor horario para tomar su medicamento. Es mejor tomar algunos medicamentos por la mañana mientras que es mejor tomar otros por la noche. ¿Debe tomarse el medicamento con alimentos o con el estómago vacío? ¿Debe tener cuidado con los antiácidos, productos lácteos, tabletas de hierro, vitaminas, alcohol, o jugo de pomelo (toronja) con su medicamento?

El último elemento de aprendizaje sobre su medicamento es entender su costo. ¿Si tiene seguro, en que nivel cae el medicamento? ¿Se dispone del producto genérico? ¿Hay una alternativa de menor costo?

Hemos revisado las barreras para el uso correcto de los medicamentos y el primero de cinco consejos para el uso seguro de los medicamentos, aprender sobre los mismos. A continuación revisaremos los cuatro consejos restantes para el uso seguro de los medicamentos.

El segundo consejo para el uso seguro del medicamento es hablar con el equipo de proveedores de atención médica.

Esto incluye sus médicos, enfermeras/os especializadas/os, nutricionistas, farmacéuticos, dentistas, higienistas, y otros cuidadores. Hable con su equipo sobre el costo de sus medicamentos. Su médico tal vez no sepa que el medicamento recetado está en el nivel más alto bajo su plan de salud específico. Revise los efectos secundarios que pueda estar teniendo. Sin importar cuán pequeño pueda parecer el efecto secundario, un ajuste de la dosis o aún el horario del día en que toma el medicamento pueden ayudar. También, hable con su equipo si tiene dificultad para recordar la toma de sus medicamentos regularmente.

Lleve una tarjeta de medicamentos en la billetera con usted para tener a mano su lista de medicamentos. Recuerde incluir todos los recetados, de venta libre, vitaminas y productos herbales que tome. Si tiene un cambio en sus medicamentos, sepa si el medicamento es un agregado o reemplaza a otro. Por último, tal vez desee hacer una lista de preguntas para llevar a su próxima visita al consultorio. Escriba las respuestas a sus preguntas mientras esté en el consultorio. Lleve a un amigo o familiar si considera que la información puede ser confusa.

El tercer consejo para el uso seguro del medicamento es tomarlo correctamente.

Siempre revise dos veces la etiqueta y el contenido del envase. ¿Es el medicamento correcto, para el paciente correcto? Tome sus medicamentos como parte de su rutina diaria para tomarlos a la misma hora todos los días. Use un calendario o pastillero como recordatorio. Tome la dosis adecuada según la indicación. Por ejemplo, los antibióticos deben tomarse durante el curso entero y no solamente hasta que se sienta mejor. Si un medicamento debiera tomarse diariamente, trate de no dividir la dosis o tomarlo en días alternos con el fin de extender el tiempo hasta que necesite volver a surtirlo. Por último, nunca tome un medicamento en la oscuridad. Asegúrese de leer la etiqueta y mirar el medicamento antes de tomarlo.

El cuarto consejo es hacer una Revisión de medicamentos al menos una vez al año.

Haga que su médico, farmacéutico, o MassMedLine revise todos sus medicamentos incluidos los recetados, de venta libre, vitaminas, y productos herbales, gotas oculares al igual que cremas. No se recomienda que las personas de la tercera edad tomen algunos medicamentos debido al riesgo aumentado de caídas u otros efectos secundarios. Asegúrese de vaciar su gabinete de medicamentos una vez al año y de descartar correctamente los productos vencidos. Típicamente, no se recomienda tirar los medicamentos en la pileta (lavabo) o el inodoro.

Nuestro quinto y último consejo es mantener todos los medicamentos lejos de la vista y el alcance de los niños.

Tenga cuidado con los bolsos de mano que puedan tener medicamentos adentro. Asegúrese de mantenerlos fuera del alcance de niños pequeños. También tenga cuidado con los niños más grandes. Enseñe a los niños sobre el uso correcto de los medicamentos, y a no tomar medicamentos de otras personas.

Hemos discutido los cinco consejos para el uso seguro de los medicamentos. Éstos son, aprender sobre sus medicamentos, hablar con su equipo de profesionales médicos, tomar correctamente el medicamento, hacer una revisión de medicamentos al menos una vez al año, y tener en cuenta a los niños.

Esto concluye nuestro programa sobre seguridad en los medicamentos. Le animamos a que hable con uno de los farmacéuticos de MassMedLine para revisar preguntas que usted pueda tener sobre la información provista, o preguntas sobre sus medicamentos específicos. Si además tiene dificultad para pagar por sus medicamentos, los administradores de casos de MassMedLine están a su disposición para asistirlo.

Referencia disponible cuando solicitado

Informacion revisada 8/28/2007