

# Avant de le prendre...

## CONNAISSEZ

vos médicaments et gardez une liste

## VÉRIFIEZ

que vous utilisez le médicament adéquat de la manière appropriée

## DEMANDEZ

à votre professionnel de santé si vous n'êtes pas sûr



## Qu'est-ce que Ma liste de médicaments?

Il s'agit d'une liste exhaustive de tous les médicaments et compléments alimentaires que vous consommez.

## Pourquoi est-il important de l'utiliser?

Maintenir une liste actualisée vous permet de mieux connaître vos médicaments. Cela est aussi bénéfique lors de vos échanges avec un professionnel de la santé.

## Comment dois-je la remplir ?

Il vous faut rassembler tous vos médicaments. Vous pouvez également demander à votre pharmacien d'établir cette liste pour vous. Assurez-vous d'y inclure tous les médicaments prescrits, en vente libre, les remèdes traditionnels et à base de plantes, ainsi que les suppléments.

## Comment dois-je l'utiliser ?

Maintenez votre liste à jour. Emmenez-la lors de vos consultations médicales. Il peut être pratique de conserver une photo de cette liste sur votre téléphone.

## Comment obtenir un autre formulaire?

Pour obtenir un nouvel exemplaire, vous pouvez l'imprimer depuis le site [www.hse.ie/safermeds](http://www.hse.ie/safermeds).



Informations destinées aux personnes sous médication et à leurs familles

# Ma liste de médicaments



Nom de ma pharmacie

Téléphone



Nom de mon médecin traitant

Téléphone



Personne à contacter en cas d'urgence

Téléphone



 **CONNAÎTRE**

 **VÉRIFIER**

 **DEMANDER**

# Mes médicaments



Mes allergies et mes réactions  
(Allergies)

Nom

Date de naissance

Date de remplissage de  
ce formulaire

Nom du médicament ou du supplément	Dosage	Dose prise à chaque fois	Fréquence de prise	Prise quotidienne (Oui / Non)	Pourquoi le prendre?	Mes remarques
Exemple : ABC Comprimés	25mg	2 comprimés	Une fois chaque matin	Oui	Pour la santé cardiaque	À prendre avec des aliments
Example: ABC Tablets	25mg	2 tablets	Once in the morning	Yes	For my heart	Take with food