

Prima di assumerli...

DISTINGUI

i tuoi farmaci e compilare una lista

VERIFICA

che stia usando il farmaco giusto nel modo giusto

CHIEDI

al tuo medico curante se non sei sicuro



Cos'è la Mia Lista Farmaci?

Si tratta di un elenco di tutti i farmaci e gli integratori che si assumono.

Perché dovrei usarla?

Avere una lista aggiornata aiuta a riconoscere i propri farmaci. Può essere utile anche quando si parla con un operatore sanitario.

Come compilarla?

Basta avere tutti i farmaci davanti a sé. In alternativa è possibile chiedere al proprio farmacista di stamparvi un elenco. Assicuratevi di includere tutti i farmaci e gli integratori prescritti, siano essi da banco, tradizionali o a base di erbe.

Come usarla?

Aggiornate la lista. Portatela con voi quando vi recate a una visita medica. È consigliabile anche conservarne una foto sul proprio telefono.

Dove posso stampare un'altra copia?

Si può stampare visitando questo link: www.hse.ie/safermeds



Informativa per chi assume medicinali e per i familiari



La Mia Lista Farmaci



i CONOSCI

✓ VERIFICA

? CHIEDI

Nome farmacia	
Telefono 	
Nome medico di famiglia	
Telefono 	
Nome contatto d'emergenza	
Telefono 	

I miei farmaci



Allergie e reazioni (allergies):

Nome

Data di nascita

Data di compilazione dell'elenco

Nome del farmaco o dell'integratore	Dosaggio	Quantità da assumere	Quando	Assunta tutti i giorni? (Sì/No)	Perché l'assumo?	Note
Esempio: Compresse ABC	25mg	2 compresse	Una volta al mattino	Sì	Per il cuore	Da assumere durante un pasto
Example: ABC Tablets	25mg	2 tablets	Once in the morning	Yes	For my heart	Take with food