

Antes de de que lo tomes...

CONOCE

tus medicamentos y
lleva una lista

CONTROLA

que estás utilizando el
medicamento correcto de
la forma correcta

PREGUNTA

a tu profesional
sanitario si no estás
seguro/a



¿Qué es mi lista de medicamentos?

Mi lista de medicamentos es una lista de todos los medicamentos y suplementos que tomas.

¿Por qué debería usarla?

Llevar una lista actualizada puede ayudarte a conocer tus medicamentos. También puede ayudarte cuando hables de tus medicamentos con un profesional sanitario.

¿Cómo debo rellenarlo?

Necesitas tener todos tus medicamentos delante. Otra opción es pedir a tu farmacéutico que te imprima una lista. Asegúrate de incluir todos los medicamentos y suplementos recetados, sin receta, tradicionales y a base de plantas.

¿Cómo debería usarla?

Mantén tu lista actualizada. Llévala contigo cuando acudas a cualquier cita sanitaria. Puede resultar útil guardar una foto de esta lista en tu teléfono.

¿Cómo puedo obtener otro formulario?

Para obtener otra copia, puedes imprimirla desde www.hse.ie/safermeds



Información para
las personas que
toman
medicamentos y sus
familias

Mi lista de Medicamentos



i CONOCE

✓ CONTROLA

? PREGUNTA

Nombre de mi farmacia

Número de teléfono

Nombre de mi médico

Número de teléfono

Nombre de contacto de
emergencia

Número de teléfono

Mis medicamentos



Mis alergias y cómo reacciono:
(Allergies)

Nombre

Fecha de nacimiento

Fecha en que rellené este formulario

Nombre del medicamento o suplemento	Fuerza	Cuánto tomo cada vez	Lo tomo	Lo tomo cada día (Sí / No)	¿Por qué lo tomo?	Mis notas
Ejemplo: Tablet ABC	25mg	2 tabletas	Una vez por la mañana	Sí	Para el corazón	Lo tomo con comida
Example: ABC Tablets	25mg	2 tablets	Once in the morning	Yes	For my heart	Take with food