

Mi nombre es: _____ Fecha de actualización: _____

Contactos de emergencia: _____ Teléfono: _____
(pariente o amigo)



MIS MEDICAMENTOS

Escriba todas sus prescripciones actuales, medicamentos de venta libre y suplementos en la siguiente gráfica. Mantenga esta lista al día y llévela siempre con usted. Muéstresela a sus médicos y farmacéuticos en cada cita y pídale que verifiquen duplicaciones innecesarias o medicamentos que puedan interactuar y causar daño.

Marque las clases que utiliza a continuación. Escriba los nombres de los medicamentos en la gráfica.

- Medicamentos antialérgicos
- Antiácidos
- Antibióticos
- Medicamentos para hipertensión o corazón
- Medicamentos para resfrío, gripe o tos
- Hierbas y suplementos nutricionales
- Hormonas y Anticonceptivos
- Laxantes
- Parches medicinales o cremas para la piel
- Medicamentos para el dolor
- Pastillas para dormir
- Vitaminas y minerales
- Pastillas para adelgazar

Nombre del medicamento o producto	¿Cuánto tomo?	¿Cuándo y cómo lo tomo?	¿Para qué lo tomo?	Fecha de inicio
<i>EJEMPLO: Naproxen</i>	<i>1 tableta, 250 mg</i>	<i>2 veces al día, con comidas</i>	<i>Artritis</i>	<i>7/31/2009</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

Para copias adicionales de este formato visite www.azcert.org

Medicamentos que usted evita debido a alergias o efectos secundarios:

Médico _____

Número telefónico del médico: _____

Número telefónico de la farmacia: _____

Preguntas para hacerle a su médico o farmacéutico

Escriba sus respuestas a continuación.

- ¿Cuál es el nombre del medicamento y cómo se escribe?

- ¿Para qué sirve el medicamento?

- ¿Existe un medicamento de menor costo que pueda tomar?

- ¿Cuánto medicamento debo tomar?

- ¿Cuándo y cómo debo tomar el medicamento?

- ¿Qué debo hacer si olvido tomar el medicamento?

- ¿Qué debo hacer si accidentalmente tomo una dosis mayor a la prescrita?

- ¿Existen efectos secundarios que deba conocer? ¿Cuándo debo informar al médico acerca de un efecto secundario?

- ¿Interactúa este medicamento con otros medicamentos que tomo, incluyendo medicamentos de venta libre, vitaminas, suplementos y hierbas?

- ¿Puedo tomar alcohol con este medicamento?

- ¿Dónde puedo encontrar información escrita sobre esta medicina?

- ✓ Doble esta lista para guardarla en su billetera o cartera
- ✓ Mantenga su lista al día.
- ✓ Utilice un lápiz para que pueda borrar y corregir.
- ✓ Imprimir una nueva lista cuando la necesite.

Para obtener más listas,

visita

www.azcert.org



Desarrollado por Arizona CERT, financiado por la Agencia para Investigación y Calidad en Cuidado de la Salud de los Estados Unidos US DHHS Agencia para el HHS Healthcare Research and Quality