



GUIA DE ORIENTAÇÕES SOBRE **MEDICAMENTOS**



ASSISTÊNCIA
FARMACÊUTICA

SECRETARIA MUNICIPAL
DE SAÚDE



PREFEITURA MUNICIPAL DA
SERRA

APRESENTAÇÃO

Este guia de orientações sobre medicamentos foi elaborado com o objetivo de informar aos pacientes acerca da importância do uso correto dos medicamentos, os cuidados com o seu armazenamento, com o descarte adequado e com o sucesso do próprio tratamento.

Medicamento é coisa séria, quando utilizado corretamente cumpre seu importante papel de cura, quando utilizado de forma irresponsável ou sem orientação de um profissional de saúde, pode provocar sérios danos a saúde, intoxicações e até mesmo a morte.

Melhor do que usar medicamentos é levar um estilo de vida saudável, com a prática de exercícios físicos, passeios ao ar livre, alimentação saudável com o consumo regular de verduras, ovos, saladas, legumes e frutas, ter boas noites de sono e beber bastante água.

Seja responsável com o seu tratamento, de seus familiares e com o armazenamento dos medicamentos em sua residência, em local seguro.

MEDICAMENTO É COISA SÉRIA!

Nem todas as doenças exigem o uso de medicamentos. Alguns problemas são de duração muito curta e podem desaparecer mesmo sem o uso de medicamentos.

Algumas medidas podem auxiliar na cura e prevenção de doenças, tais como, dietas, repouso, exercícios, entre outras. Mas lembre-se de que somente um profissional de saúde habilitado pode orientar corretamente a respeito do tratamento das doenças.

VOCÊ SABE O QUE SÃO MEDICAMENTOS?

Medicamentos são produtos que servem para:

- ✓ Prevenir o aparecimento de doenças (por exemplo, vacinas).
- ✓ Aliviar sintomas ou sinais (por exemplo, medicamentos contra dor e febre).
- ✓ Controlar doenças crônicas e reduzir o risco de complicações (por exemplo, medicamentos para pressão alta, diabetes, asma, entre outros).
- ✓ Recuperar a saúde (por exemplo, antibióticos).
- ✓ Auxiliar no diagnóstico de doenças (por exemplo, contrastes utilizados em radiologia e outros exames).

VOCÊ SABIA?



O uso incorreto de medicamentos pode causar sérios riscos à saúde. A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que 50% dos pacientes que utilizam medicamentos, utilizam de forma incorreta, causando sérios problemas de saúde pública em todo o mundo.



VOCÊ SABIA?

Fitoterápicos também são medicamentos. Os fitoterápicos são obtidos exclusivamente de plantas medicinais, portanto aquele chá que você prepara na sua casa pode ser considerado medicamento e, portanto, pode ter um efeito terapêutico ou tóxico. Muito cuidado ao usar fitoterápicos sem indicação de um profissional de saúde habilitado.

Este Guia foi elaborado para ajudar **VOCÊ** a entender um pouco mais sobre medicamentos e te alertar sobre os riscos de utilizar, guardar e descartar medicamentos de forma incorreta.

Para que o medicamento seja eficiente em seu propósito, é necessário que ele seja utilizado da forma certa.

NÃO FAÇA A AUTOMEDICAÇÃO,

ou seja, não tome medicamentos por conta própria, sem orientação ou prescrição de um profissional de saúde habilitado.

ATENÇÃO

SEMPRE PEÇA A ORIENTAÇÃO DO FARMACÊUTICO PARA OBTER INFORMAÇÕES SOBRE O USO CORRETO DOS MEDICAMENTOS

COMO FAZER A CONFERÊNCIA DOS MEDICAMENTOS, ANTES DE LEVAR PARA CASA?



Após receber o medicamento, faça a conferência com os dados do medicamento descritos na receita, veja o exemplo de acordo com a figura acima:

- ✓ Nome do Medicamento: Amoxicilina
- ✓ Dosagem do medicamento: 500 mg
- ✓ Quantidade de medicamentos: 21 comprimidos
- ✓ Validade do medicamento: 30/03/2023

Continuamos com o exemplo:

Na receita médica está escrito “Tomar 1 comprimido, por via oral, a cada 8 horas por 7 dias”.

Vamos entender o que foi prescrito: 8/8 horas = três vezes por dia = $1+1+1 = 3$ comprimidos por dia.

3 comprimidos por dia x 7 dias (de tratamento) = TOTAL = 21 comprimidos.

ATENÇÃO

SE VOCÊ NÃO CONSEGUIR CONFERIR SOZINHO, PEÇA AJUDA AO FARMACÊUTICO

MUITA ATENÇÃO NA HORA DE TOMAR O MEDICAMENTO:

- 1.** Lave as mãos antes de tomar o medicamento.
- 2.** Não utilize medicamentos com embalagem amassada, rasgada, sem rótulo, ou que tenha alguma informação apagada, riscada ou raspada.
- 3.** Quando for tomar seu medicamento, verifique sempre na embalagem:
 - ✓ Nome do medicamento
 - ✓ Dosagem
 - ✓ Data de validadeAtenção: Nunca tome medicamento com data de validade vencida.
- 4.** Tome as cápsulas ou comprimidos com um copo de água. Não tome com leite, refrigerante ou bebidas quentes como café e chá.
- 5.** Procure orientações com o farmacêutico sobre o melhor horário para tomar o medicamento: em jejum, antes, durante ou após as refeições.

VOCÊ SABIA?



Se for tomar antibióticos, fique ainda mais atento aos horários e ao prazo do tratamento. Mesmo que os sintomas desapareçam, não pare de tomar antes do prazo prescrito. O uso inadequado de antibióticos pode causar resistência bacteriana fazendo com que a bactéria fique muito mais difícil de ser tratada, **diminuindo as chances de cura!**

6. Para obter os resultados esperados dos medicamentos, é indispensável tomar:

- ✓ No horário correto
- ✓ Na dose prescrita
- ✓ Pelo período de uso determinado pelo médico

Em seguida apresentamos alguns exemplos de horários para organizar o uso do medicamento durante o dia:

Medicamento de 12/12 horas			Medicamento de 8/8 horas			Medicamento de 6/6 horas			
 MANHÃ	 TARDE	 NOITE	 MANHÃ	 TARDE	 NOITE	 MANHÃ	 TARDE	 NOITE	 MADRUGADA
06h00	-	18h00	06h00	14h00	22h00	06h00	12h00	18h00	24h00
07h00	-	19h00	07h00	15h00	23h00				

Se você for tomar mais de um medicamento, organize-se!

ATENÇÃO

SE VOCÊ TIVER DIFICULDADE DE ENTENDER, PEÇA AO FARMACÊUTICO PARA TE AJUDAR A ESTABELECEER OS HORÁRIOS. SE VOCÊ NÃO SOUBER LER, PEÇA AJUDA AO FARMACÊUTICO

Se preferir, coloque um despertador para lembrar-se da hora.

Apesar dos benefícios que o medicamento pode trazer, é possível que apareçam

REAÇÕES DESAGRADÁVEIS

como:

- | | | | |
|-----------|---------------------|-----------------------|-------------|
| ✗ Alergia | ✗ Suor
excessivo | ✗ Diarréia | ✗ Ansiedade |
| ✗ Insônia | ✗ Tremor | ✗ Sonolência | ✗ Bocejo |
| ✗ Náusea | ✗ Fadiga | ✗ Falta de
apetite | ✗ Boca seca |

ATENÇÃO

INFORME AO SEU MÉDICO OU FARMACÊUTICO SE VOCÊ APRESENTAR ALGUMA DESTAS REAÇÕES, MAS NÃO INTERROMPA O TRATAMENTO POR CONTA PRÓPRIA



EVITE INGERIR BEBIDA ALCOÓLICA DURANTE O USO DE MEDICAMENTOS

O álcool pode causar problemas quando consumido por pessoas que utilizam medicamentos.



GESTANTES

só devem utilizar medicamentos, (incluindo fitoterápicos) sob prescrição de profissional habilitado, pois muitos deles podem ser prejudiciais à sua saúde e à saúde do bebê.



LACTANTES

também devem ter o mesmo cuidado - muitos medicamentos usados pela mãe passam para o bebê através do leite materno, podendo causar problemas à criança.



CRIANÇAS

Nem todo medicamento para adultos pode ser utilizado por crianças. É importante orientar as crianças quanto ao perigo do uso de medicamentos e para a necessidade de perguntar a um adulto em caso de dúvida, evitando que possam confundir medicamentos com doces ou balas, por exemplo.

IDOSOS

Os medicamentos atuam de forma diferenciada nos idosos, aumentando os riscos de intoxicação e de efeitos indesejados. Em idosos com problemas de visão e de memória, são frequentes as confusões com medicamentos. Ajude o idoso colocando informações sobre os medicamentos que ele está utilizando (as doses, os horários de administração e o modo de usar) em local visível, de maneira simples, clara e de fácil leitura.



O QUE É AUTOMEDICAÇÃO?

Automedicação é a prática de tomar medicamentos por conta própria, sem orientação ou prescrição de um profissional de saúde habilitado. Sempre peça a orientação do farmacêutico para obter informações sobre o uso correto dos medicamentos. Esse comportamento que parece simples, pode tornar-se muito perigoso!

ATENÇÃO

NUNCA SIGA ORIENTAÇÃO DE VIZINHOS, AMIGOS, PARENTES. O QUE PODE TER SIDO BOM PARA ELES, PODE NÃO SER BOM PARA VOCÊ! TODO MEDICAMENTO, ATÉ O MAIS SIMPLES, PODE CAUSAR EFEITOS INDESEJÁVEIS GRAVES



CUIDADO!

Não deixe medicamentos ao alcance das crianças

ONDE GUARDAR OS MEDICAMENTOS?

1. Mantenha o medicamento em sua embalagem original.
2. Guarde os medicamentos protegidos de: Luz, Calor e Umidade .

ATENÇÃO

VARIAÇÕES DE TEMPERATURA NÃO FAZEM BEM PARA O SEU MEDICAMENTO

3. Fique atento! Alguns medicamentos necessitam ser guardados na geladeira...
Para isso não utilize a porta da geladeira ou do congelador!
Para transportá-lo, use caixa térmica com gelo reciclável.

ATENÇÃO

GUARDE OS MEDICAMENTOS EM UM LOCAL DE FÁCIL VISUALIZAÇÃO PARA VOCÊ

DESCARTE DE MEDICAMENTOS

VOCÊ SABIA QUE...

- ✓ Quando jogamos medicamentos no lixo comum, eles podem ser utilizados por pessoas que trabalham em lixões, ocasionando intoxicações e até morte.
- ✓ Muitas vezes, após o uso, as pessoas jogam as sobras dos medicamentos no lixo comum, na pia ou no vaso sanitário. Isso é incorreto, pois os resíduos de medicamentos podem contaminar o solo e a água quando descartados no lixo ou na rede de esgoto comum.
- ✓ Para jogar fora o medicamento, você deverá encaminhá-lo para um posto de coleta. Muitas farmácias e drogarias oferecem o serviço de coleta.

ATENÇÃO

SE O MEDICAMENTO FOI RETIRADO NA FARMÁCIA PÚBLICA, DEVOLVA-O NA FARMÁCIA EM QUE VOCÊ O RETIROU, INFORMANDO QUE É PARA DESCARTE

LIXO NÃO É LUGAR



DE MEDICAMENTO

SECRETARIA MUNICIPAL
DE SAÚDE



PREFEITURA MUNICIPAL DA
SERRA