

花时间关爱

为自己 ... 为那些需要你的人

本文件由美国食品和药物管理局妇女健康办公室(OWH)和全国连锁药店协会(NACDS)制定。

NACDS

National Association of Chain Drug Stores



**FDA U.S. FOOD & DRUG
ADMINISTRATION**

妇女健康办公室

www.fda.gov/womens

我的药物

花时间关爱

为自己.....为那些需要你的人

明智地使用药物

大约30%至50%的药物使用者未按指示使用药物。这会导致更多的患者就医,住院,医生损失工资和改变处方。每年美国人花费的所有这些费用超过1000亿美元。

成年人常常为全家人以及自己保存药。所以我们需要阅读药物标签,避免出现问题,并提出问题,做好记录。

1. 阅读药物标签

你标签应显示:

成分清单 - 如果你知道自己对该药中的任何成分过敏,就不要使用它。向你的医生或药剂师要求不同的药物。

警告 - 请仔细阅读这些内容。

失效日期 - 请勿在瓶上的日期之后使用药物。它可能已经失效。

想要了解更多关于药物的信息,请咨询药剂师。

2. 避免出现问题

药物会引起问题或副作用,例如嗜睡,呕吐,出血,头痛或皮疹。向你的医生,药剂师或护士询问你所服用药物的副作。

整理你的药物。

请勿中断服药。

请勿分享药物。

请勿在黑暗中服药。

3. 提出问题

- 药物的名称是什么?
- 是否有通用药物?
- 为什么要服用这种药?
- 我什么时候应该服用?
- 我应该空腹服用还是与食物一起服用?
- 服用药物时喝酒安全吗?
- 如果忘记服用, 该怎么办?
- 我应该服用多少?
- 我要服用多长时间?
- 我应该注意什么问题?

如果你正在怀孕或哺乳, 在服用任何药物或饮食补充剂之前, 请咨询健康专家的意见。向你的医生、药剂师或护士咨询。她/他会很高兴帮助你的。

列出任何过敏史 _____

医生 _____

电话号码 _____

4. 保留你的药物使用记录

请选中你使用的药物:

- 阿司匹林或其他止痛/头痛/发烧药
- 过敏药
- 抗酸药
- 感冒药
- 止咳药
- 减肥药/补品
- 泻药
- 安眠药
- 维他命
- 矿物质
- 草药
- 其他 _____

姓名: _____

列出你的处方药

日期	我的药物名称	服用剂量	服用时间	服用原因	替换次数
例子	XXXX	1片 400毫克	每日三次 饭后服用	关节炎	2

将此信息保存在你的钱包或口袋中, 并出示给你的医生, 药剂师或护士。

请你的医生, 药剂师或护士致电1-800-FDA-1088向美国食品和药物管理局报告严重用药问题。