

시간을 들여 돌보십시오

스스로를 돌보고 ... 귀하를 필요로 하는 사람들을 돌보십시오

이 문서는 미식품의약국 (FDA)의 여성보건부서 (OWH)와 전국 체인 약국 연합 (NACDS)에 의하여 제작되었습니다.

NACDS

National Association of Chain Drug Stores



FDA U.S. FOOD & DRUG ADMINISTRATION

여성 보건부서

www.fda.gov/womens

내가 복용하는 약들

시간을 들여 돌보십시오

스스로를 돌보고...귀하를 필요로 하는 사람들을 돌보십시오

약을 지혜롭게 사용하십시오

약을 사용하는 사람들의 30%에서 50%는 지시 받은 대로 약을 사용하지 않습니다. 이것은 더 많은 의사 방문, 입원, 급여 손실, 그리고 처방 변경을 초래합니다. 이 비용은 매년 천억 이상이 듭니다.

성인들은 종종 자신뿐만 아니라 온 가족의 약을 관리합니다. 그러므로 상표를 읽고, 문제를 피하고, 질문하고, 기록해야 합니다.

1. 상표를 읽으십시오

약을 복용하기 전에 상표를 읽으십시오. 상표는 다음 사항들을 표시합니다:

성분 목록 - 약에 들어 있는 성분에 알려지가 있다는 것을 알면 약을 사용하지 마십시오. 의사나 약사에게 다른 약을 요청하십시오..

경고 -주의해서 읽으십시오.

유통 기간 - 약병에 적혀있는 날짜가 지났으면 약을 사용하지 마십시오. 잘 듣지 않을 수 있습니다..

약에 대한 더 많은 정보를 얻기 위해서는 약사에게 문의하십시오.

2. 문제를 피하십시오

약은 졸음, 구토, 출혈, 두통, 혹은 발진과 같은 부작용을 초래할 수 있습니다. 복용하는 약의 부작용에 대하여 문의하십시오. 담당 의사, 약사, 혹은 간호사와 상담하십시오.

약을 정리하십시오.

약을 빠지지 말고 드십시오.

약을 공유하지 마십시오.

어두운 곳에서 약을 드시지 마십시오.

