

## УДЕЛИТЕ ВРЕМЯ, ЧТОБЫ ПОЗАБОТИТЬСЯ О СЕБЕ... О ТЕХ, КТО НУЖДАЕТСЯ В ВАС

Этот документ был разработан  
Управлением женского здоровья  
(OWH) при FDA и Национальной  
ассоциацией сетевых аптек (NACDS).

**NACDS**

National Association of Chain Drug Stores



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

**Отдел женского здоровья**  
[www.fda.gov/womens](http://www.fda.gov/womens)

# МОИ ЛЕКАРСТВА

УДЕЛИТЕ ВРЕМЯ, ЧТОБЫ  
О СЕБЕ... О ТЕХ, КТО НУЖДАЕТСЯ В ВАС

## РАЗУМНО ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ЛЕКАРСТВАМИ

От 30% до 50% лиц, употребляющих  
лекарства, не применяют их по назначению.  
Это приводит к более частым посещениям  
врача, госпитализациям, потере заработной  
платы и изменению рецептов. Ежегодные  
затраты американцев по этим причинам  
составляют более чем 100 миллиардов  
долларов.

Взрослые часто заботятся о лекарствах не  
только для себя, но и для всей семьи.  
Поэтому нужно внимательно читать  
этикетку, избегать проблем, задавать  
вопросы и вести записи.

### 1 ПРОЧИТАЙТЕ ЭТИКЕТКУ

Перед приемом любого лекарства прочтите  
этикетку. На этикетке должно быть указано:

**Список ингредиентов.** Если вы знаете, что  
у вас аллергия на какой-либо ингредиент,  
не принимайте это лекарство. Узнайте у  
своего врача или фармацевта о другом  
лекарстве.

**Предупреждения.** Внимательно  
ознакомьтесь с ними.

**Срок годности.** Не используйте лекарство  
после даты, указанной на флаконе. Оно может  
действовать не так эффективно.

Для получения дополнительной информации о  
ваших лекарствах обратитесь к фармацевту.

### 2 ИЗБЕГАЙТЕ ПРОБЛЕМ

Лекарства могут вызывать осложнения или  
побочные эффекты, такие как сонливость,  
рвота, кровотечение, головные боли или сыпь.  
Спросите о побочных эффектах принимаемых  
вами лекарств. Поговорите со своим врачом,  
фармацевтом или медсестрой.

Организируйте свои лекарства.

Не пропускайте прием лекарств.

Не делитесь лекарствами с другими лицами.

Не принимайте лекарства в темноте.

