



DICAS PARA O USO CORRETO DE MEDICAMENTOS



O Hospital São Camilo acredita que o cuidado com a saúde não termina no momento da alta. Sabemos que o período de recuperação em casa exige atenção e responsabilidade, especialmente com o uso dos medicamentos prescritos.

Pensando nisso, elaboramos este folder com orientações simples e importantes para que você continue seu tratamento com segurança e tranquilidade.

Aqui, você encontrará informações sobre como usar, armazenar e descartar corretamente seus remédios, além de alertas sobre riscos comuns e cuidados essenciais.

Comprometidos com o seu bem-estar, estamos ao seu lado em todos os momentos, inclusive no retorno para casa.

Descarte Seguro de Medicamentos

Medicamentos vencidos ou que não serão mais utilizados não devem ser descartados no lixo comum ou no vaso sanitário, conforme orienta a **ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária)**. Esse descarte incorreto pode contaminar o meio ambiente e representar riscos à saúde de pessoas e animais.

O que deve ser descartado?

- Medicamentos vencidos
- Produtos com mudança de cor, cheiro ou textura
- Remédios suspensos pelo médico
- Sobras que ficaram após o fim do tratamento

Também devem ser descartados:

- Blisters vazios (cartelas)
- Frascos, pomadas e ampolas abertas ou vencidas
- Embalagens contaminadas

Onde descartar?

Leve esses itens até um Ponto de Coleta de Medicamentos. Muitas farmácias, drogarias e unidades de saúde possuem coletores específicos para o descarte seguro.



Esquecimentos Acontecem

Durante a recuperação, é comum se distrair com a rotina e acabar esquecendo uma dose do remédio. Mas saber como agir nesses momentos é essencial para manter sua saúde protegida e o cuidado funcionando corretamente.

Veja o que fazer se esquecer:

- Tome a dose assim que lembrar, se ainda estiver dentro de um intervalo razoável.
- Se estiver muito perto do próximo horário, não sobre a dose! Pule a esquecida e continue normalmente.
- Nunca tente “compensar” tomando duas de uma vez.
- Se tiver dúvidas, fale com o médico ou farmacêutico.
- Crie lembretes visuais ou use alarmes para ajudar a lembrar.



Dica extra: Organize sua rotina! Uma boa forma de evitar esquecimentos é criar uma rotina fixa para os horários dos medicamentos, relacionando-os a atividades diárias, como:



Café da manhã



Almoço

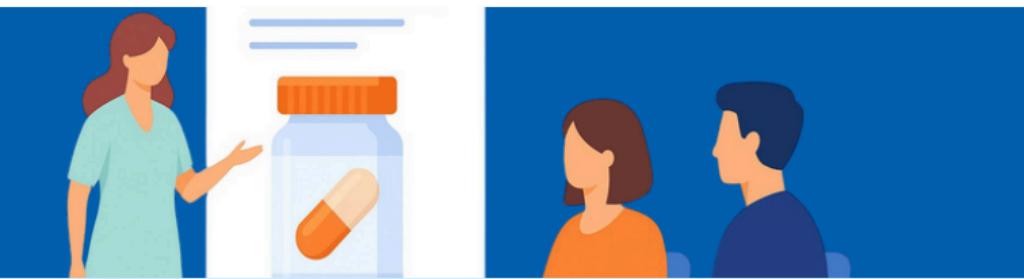


Hora de dormir

Como tomar seus medicamentos do jeito certo

Fique atento a esses cuidados:

- Prefira sempre água para tomar seus medicamentos.
- Não parta ou amasse os comprimidos, a menos que o médico oriente.
- Mantenha os medicamentos nas embalagens originais, com nome, dose e validade visíveis.
- Se tomar uma dose maior do que o indicado, procure atendimento médico imediatamente.
- Guarde os medicamentos fora do alcance de crianças e animais.



Você sabia?

Interações entre medicamentos e alimentos podem interferir no seu tratamento. Alguns alimentos, bebidas e chás alteram seus efeitos podendo diminuir a eficácia ou até causar reações perigosas.

Exemplos:



Leite + antibióticos → pode reduzir o efeito do remédio.



Chá de gengibre + anticoagulantes → pode aumentar o risco de sangramentos.

Fique atento! Sempre informe ao médico ou farmacêutico tudo o que você está usando: medicamentos, chás, suplementos e vitaminas.

Entenda sua receita médica

A receita médica é um documento que orienta como você deve usar os medicamentos de forma correta e segura. Mais do que um papel com nomes difíceis, ela é essencial para que o seu tratamento dê certo.

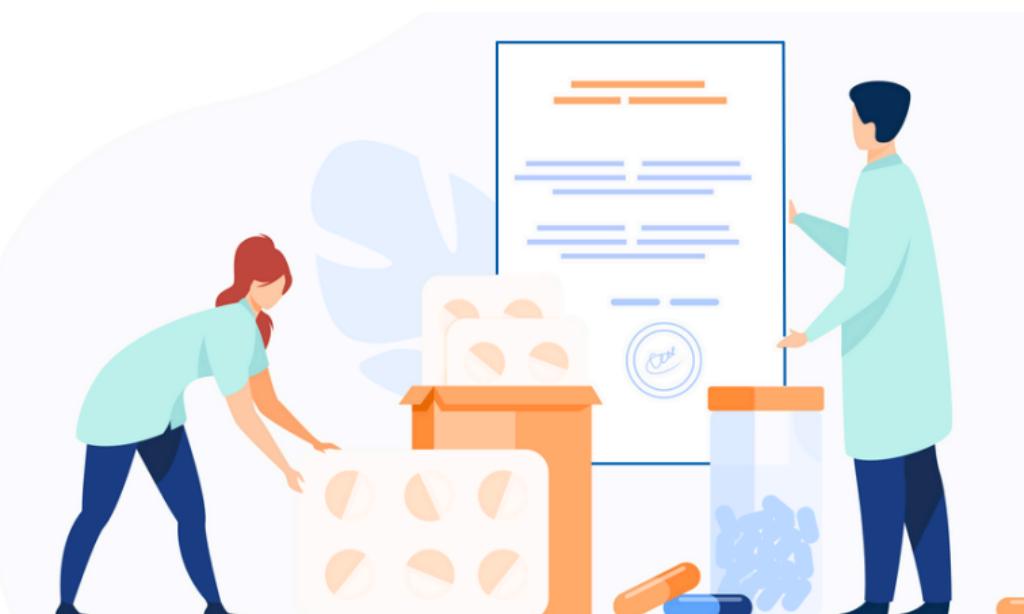
É dever do profissional de saúde explicar cada item da receita, e é direito do paciente compreender todas as informações.

Antes de sair, confira se você entendeu direitinho:

- Qual é o nome do medicamento?
- Qual é a dose certa (concentração)?
- Quantas vezes por dia devo tomar?
- Por quanto tempo o tratamento deve durar?
- Devo tomar com ou sem alimento?

Atenção:

Se restar qualquer dúvida, fale com a equipe de saúde. Perguntar é um cuidado com você mesmo. O uso correto do remédio faz toda a diferença para sua recuperação!





CONTATOS:

 www.hospitalsaocamilo.org.br

 (27) 3256-9700

 hospitalsaocamilo_aracruz