

Bezpieczeństwo leków



Czym jest bezpieczeństwo leków?

Bezpieczeństwo leków oznacza przyjmowanie odpowiednich leków w odpowiedniej dawce i o właściwym czasie. Aby zachować bezpieczeństwo leków:

- Przyjmuj leki zgodnie z zaleceniami lekarza.
- **Nie** podawaj swoich leków innym osobom.
- Przechowuj leki prawidłowo, w miejscu niedostępnym dla dzieci. Skontaktuj się z usługodawcą opieki zdrowotnej lub farmaceutą, aby uzyskać wytyczne dotyczące przechowywania każdego leku.
- Ostrożnie wyrzucaj niepotrzebne lub przeterminowane leki.

Aby uzyskać wskazówki dotyczące bezpiecznego wyrzucania leków, odwiedź stronę dec.ny.gov i wyszukaj „**Safe Medication Disposal for Households**” (bezpieczne wyrzucanie leków w gospodarstwach domowych).

Przyjmowanie leków

Przed rozpoczęciem przyjmowania leków zapytaj usługodawcę opieki zdrowotnej o poniższe informacje:

- Nazwy generyczne i markowe leku
- Cel leczniczy, w tym oczekiwane korzyści
- Sposób przyjmowania i przechowywania leku
- Możliwe działania niepożądane lub interakcje z innymi lekami, produktami ziołowymi, suplementami, określonymi produktami spożywczymi lub alkoholem



Realizuj swoje recepty w wybranej aptece lub przekazaj aptece swoją najnowszą listę leków, aby farmaceuta pomógł Ci uniknąć szkodliwych interakcji.

Wskazówki dotyczące bezpieczeństwa



Osoby starsze

- W razie potrzeby, podczas przyjmowania lub podawania leków, włącz światło i załóż okulary.
- Używaj pudełka na lekarstwa w celu podzielenia ich na dawkiienne i tygodniowe, a następnie przechowuj je w bezpiecznym miejscu.
- Zapoznaj się z niepożądanymi działaniami przyjmowanych leków. Niektóre leki mogą powodować senność lub zawroty głowy, co zwiększa ryzyko upadku.
- Przed przyjęciem jakichkolwiek leków razem lub w przypadku wystąpienia działań niepożądanych skontaktuj się ze swoim lekarzem, farmaceutą lub NYC Poison Control Center (Centrum Kontroli Zatrucí miasta Nowy Jork).

Biuletyn zdrowia

Odwiedź stronę nyc.gov/health, aby zobaczyć wszystkie biuletyny dot. zdrowia. Zadzwoń pod **311** w celu zamówienia bezpłatnych kopii.



Dzieci

- Podawaj dziecku wyłącznie przeznaczone dla niego leki.
- Nie nazywaj leków „cukierkami”. Dzieci muszą rozumieć różnicę.
- Używaj zakraplacza, strzykawki lub kubeczka (**nigdy** nie używaj łyżki stołowej), które są dołączone do leku, aby dopilnować prawidłowego dawkowania u dzieci. W przypadku leków bez recepty sprawdź etykietę, aby dobrać właściwą dawkę do wagi dziecka.
- Wszystkie leki przechowuj prawidłowo zamknięte, zabezpieczone i trzymaj je w miejscu niedostępnym dla dzieci, a jeśli to możliwe, używaj pojemników z zamknięciem zabezpieczającym przed otwarciem przez dzieci.
- Naucz dzieci przyjmować leki **wyłącznie** od zaufanych osób dorosłych.

Bądź na bieżąco

Wszystkie osoby przyjmujące lub podające leki powinny korzystać z listy leków i dziennika ich przyjmowania.



Lista leków obejmuje wszystkie leki wraz z terminami ich uzupełniania. Sprawdzaj ją na bieżąco z lekarzem i farmaceutą.



Dziennik przyjmowania leków to zapis podawanych dawek. Umieść dziennik w miejscu widocznym dla rodziny i opiekunów.

Aby zapoznać się z przykładową listą i dziennikiem, odwiedź stronę **nyc.gov/health** i wyszukaj „**medicine safety**” (**bezpieczeństwo leków**).

Więcej informacji

- ✓ Zadzwoń do **NYC Poison Control Center** (Centrum Kontroli Zatruc miasta Nowy Jork) pod numer 212-764-7667 – 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu – aby porozmawiać z farmaceutą i pielęgniarką o przypadku zatrucia lub zapytać o działania niepożądane lub interakcje związane z dawkowaniem leków. Wszystkie rozmowy są bezpłatne i poufne oraz uwzględniają usługi tłumaczeń usłnych.
- ✓ Odwiedź stronę **nyc.gov/health** i wyszukaj „**poison prevention**” (**zapobieganie zatruciom**), aby uzyskać więcej wskazówek i informacji.
- ✓ Odwiedź stronę **fda.gov** i wyszukaj „**Medicines in My Home**” (**leki w moim domu**), aby dowiedzieć się więcej o etykietach leków dostępnych bez recepty.

Zasoby

Połącz się



@nychealthy



nychealth



@nychealthy



nychealth



nyc health

Dowiedz się
więcej

Odwiedź stronę **nyc.gov/health** i wyszukaj „**medicine safety**” (**bezpieczeństwo leków**).

Otrzymuj najnowsze biuletyny dot. zdrowia

E-mail **healthbulletins@health.nyc.gov**.



Odwiedź stronę **nyc.gov/health/pubs** w celu uzyskania dodatkowych wersji językowych tego biuletynu dot. zdrowia oraz innych przetłumaczonych materiałów na temat zdrowia. Masz prawo do usług we własnym języku. Te usługi są bezpłatne we wszystkich biurach i przychodniach Wydziału Zdrowia miasta Nowy Jork.