

ANS nº 30.326-7

Siga-nos:    
www.unimedjundiai.com.br

Cuidar de você. Esse é o plano.

Hora da Medicação

Unimed 
Jundiaí

Orientações Importantes

NÃO UTILIZE MEDICAMENTOS SEM PRESCRIÇÃO MÉDICA.

Como tomar cápsulas e comprimidos? Acompanhado de 1 copo de água filtrada – evite sucos, leites ou bebidas quentes.

O medicamento está vencido? Descarte nos postos de coleta de medicamentos vencidos. Evite lixo comum ou água corrente. Esteja sempre atento à validade dos medicamentos e **nunca tome medicamentos vencidos.**

Importante: NÃO CONSUMA álcool durante o seu tratamento com medicamentos.

Atenção! Tenha cuidado ao misturar medicamentos, tomando-os juntos. Os efeitos podem ser aumentados ou reduzidos, além de possíveis reações que podem ser causadas.

Posso partir comprimidos ou abrir cápsulas? Salvo orientação do médico ou farmacêutico, comprimidos ou cápsulas **não devem** ser partidos ou abertos.

Horários: respeite sempre os horários prescritos. Não pule doses ou tome doses duplicadas.

Lembre-se: informe sempre ao médico, em todas as consultas, todos os medicamentos que você utiliza.

Onde armazenar?








- Evitar a cozinha e o banheiro, pois são lugares mais úmidos e que possuem alteração de temperatura.
- Manter medicamentos longe de crianças, idosos e animais de estimação.
- Proteger do sol e manter em temperatura de 15 a 25 graus para medicamentos de temperatura ambiente e 2 a 8 graus para os medicamentos refrigerados.

ESQUEMA POSOLÓGICO

Nome: _____

Data: _____

escreva o nome do(s) medicamento(s) e anote em que horário toma cada um

Período do dia	Amanhecer	Café	Intervalo	Almoço	Intervalo	Jantar	Dormir
Medicamento/Posologia							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

Sugestões de horários para tomar seus medicamentos

4 em 4 horas

6 horas e 10 horas manhã
14 horas tarde
18 horas e 22 horas noite

6 em 6 horas

6 horas manhã
12 horas meio-dia
18 horas noite
00 horas meia-noite

8 em 8 horas

6 horas e 14 horas
7 horas e 15 horas
ou
8 horas e 20 horas
ou
9 horas e 23 horas

12 em 12 horas

7 horas e 19 horas
8 horas e 20 horas
ou
9 horas e 21 horas