

# Medicine Safety *Tips*

*Take control of your own health  
by knowing how to take your medicines safely.*

*Here are some tips to help you:*

## **At your doctor's office**

- Keep a list of the medicines you take, including prescribed and over-the-counter drugs, vitamins, herbs, and supplements. Update your list when you are taking a new medicine or have stopped taking a medicine.



- Bring the list to your doctor and pharmacist. Your list will help them make sure your medicines work well together.
- Tell your doctor about any allergies to medicines or vaccines you have had in the past.
- Learn about the facts and side effects of your medicines.
- Follow your doctor's instructions on how to take your medicine. Make sure you know why you are taking the medicine and how to take it.

## **At home**

- Keep all medicines out of reach of children and pets. Follow your pharmacist's instructions on how to store your medicine.
- Each time you take your medicine, read the label and make sure you are taking the right medicine. Take your medicine as your doctor has taught you. Call your doctor or pharmacist if you have any questions.
- Check the date on your medicines. Throw away any medicine that has expired or is no longer needed.
- Do not share medicines with others.
- If you feel that a medicine is making you sick or causing you pain, call your doctor right away.

For more information, call the  
Health Education Information Line at  
**1-800-804-6074 (TTY: 711)**  
[www.CalVivaHealth.org](http://www.CalVivaHealth.org)

# Sugerencias de Seguridad sobre Medicamentos

*Controle su propia salud sabiendo cómo tomar sus medicamentos de manera segura.*

*Éstas son algunas sugerencias que le ayudarán:*

## **En el consultorio de su médico**

- Haga una lista de los medicamentos que toma, incluyendo los medicamentos recetados y de venta libre, las vitaminas, los productos a base de hierbas y los suplementos. Actualice su lista cuando empiece a tomar un medicamento nuevo o cuando deje de tomar un medicamento.



- Lleve la lista cada vez que vaya a ver a su médico y a su farmacéutico. Su lista les ayudará a asegurarse de que sus medicamentos actúen bien juntos.
- Informe a su médico sobre cualquier alergia a los medicamentos o a las vacunas que haya tenido en el pasado.
- Infórmese sobre los medicamentos y sus efectos secundarios.
- Siga las instrucciones de su médico sobre cómo tomar los medicamentos. Asegúrese de saber por qué está tomando los medicamentos y cómo debe tomarlos.

## **En el hogar**

- Mantenga todos los medicamentos fuera del alcance de los niños y las mascotas. Siga las indicaciones de su farmacéutico sobre cómo guardar sus medicamentos.
- Cada vez que tome un medicamento, lea la etiqueta y asegúrese de estar tomando el medicamento correcto. Tome sus medicamentos tal como se lo indicó su médico. Llame a su médico o farmacéutico si tiene alguna pregunta.
- Verifique la fecha de sus medicamentos. Deshágase de todo medicamento que esté vencido o que ya no sea necesario.
- No comparta los medicamentos con otras personas.
- Si le parece que un medicamento le hace sentir mal o le causa dolor, llame a su médico de inmediato.

Para obtener más información, llame a la Línea de Información sobre Educación para la Salud al **1-800-804-6074 (TTY: 711)** [www.CalVivaHealth.org](http://www.CalVivaHealth.org)