



Cinco soluções simples para Gerenciar os seus medicamentos

É fundamental que você crie um sistema seguro e eficaz para organizar e identificar os seus medicamentos receitados pelo médico, ou comprados na farmácia—, sabendo exatamente o que são, a dosagem prescrita ou recomendada, e a frequência em que precisam ser tomados.

As seguintes dicas foram elaboradas para ajudar as pessoas com visão subnormal a melhor administrarem seus medicamentos.



- 1** Peça ao seu farmacêutico que imprima um rótulo com letras grandes, para que possa ler facilmente. Depois marque os frascos dos medicamentos com os rótulos grandes, pontos táteis, bandas elásticas ou em Braille.
- 2** Use identificadores falantes para medicamentos, se os rótulos grandes não forem os mais adequados para o seu caso.
- 3** Use uma bandeja com uma cor de contraste para identificar melhor os comprimidos, e para protegê-los, para que não caiam no chão.
- 4** Coloque uma luz forte perto dos rótulos que está tentando ler.
- 5** Anexe um sistema de rastreamento da dosagem diária para ajudá-lo a lembrar-se de tomar as doses dos medicamentos.



Onde obter mais informações

Para obter soluções simples sobre como administrar seus medicamentos, visite o site para seniores da Fundação Americana para os Cegos® www.visionware.org/knowyourmeds

Conteúdo oferecido pela Fundação Americana para os Cegos e pela Fundação da Sociedade Americana de Farmacêuticos Consultores.

Contate o seu Lions clube local:



Lions Eye Health Program



National Eye Health
Education Program
NEHEP



National
Eye
Institute

NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH

DEPARTAMENTO DE SERVIÇOS DE SAÚDE E PARA AS CRIANÇAS
300 W 22ND ST | OAK BROOK IL 60523-8842 | FONE 630-571-5466
programs@lionsclubs.org | www.lionsclubs.org

IAD-444 PO 9/12