
¿Cuándo hay que tomarse un medicamento?

02, octubre

Muchas veces nos planteamos esta duda cuando el médico nos receta un medicamento por primera vez. Normalmente el propio doctor nos da las indicaciones de cómo tomarlo pero en esa situación, a veces es difícil recordarlo. Bien porque estamos nerviosos y nos cuesta prestar atención, o bien porque el médico nos da muchas instrucciones seguidas de forma breve pero demasiado rápidas para poder retenerlas. El resultado final es que **no sabemos cuando hay que tomarse el medicamento**.



La solución más obvia es, una vez que hemos adquirido el medicamento, **leer el prospecto**, que es la hojita que siempre acompaña al medicamento con todas las instrucciones de uso. A veces este gesto sencillo es difícil de hacer, unas veces porque el vocabulario y las expresiones son complejas y no sabemos que dicen realmente. Otras veces porque el texto tiene un tamaño de letra tan pequeño que personas de cierta edad no pueden alcanzar a verla.



También podemos conseguir información *preguntando en la farmacia* sobre el medicamento. Es el lugar más accesible (mucho más que la consulta de un médico) donde un profesional con formación nos puede resolver nuestras dudas y preguntas. Se puede resolver casi cualquier cosa relacionada con el medicamento, las dudas pueden ser muy variadas. Pero no olvidemos que lo más importante es que no quede nada por resolver. Como solemos decir ante cualquier duda **[consulta a tu farmacéutico](#)**. Es cierto que casi todo el mundo tenemos las mismas dudas, aunque referidas a distintos medicamentos y por tanto con diferentes respuestas. A modo de ejemplo puedo citar algunas:

¿Cuántas veces al día me lo tomo?

¿Cuando me tengo que tomar el medicamento antes o después de las comidas?

¿Puedo mezclarlo con alimentos?

Me tomo otros medicamentos además de éste, ¿hay algún problema?

¿Para qué me lo han mandado?, a veces no es tan evidente aunque parezca fácil

¿Durante cuanto tiempo me lo tomo?

Me he notado algo al tomarlo, ¿tengo que seguir con él o dejarlo?

Son muchas las preguntas que se nos pueden plantear, no es malo hacernos estas preguntas. No debemos tener miedo a los medicamentos, pero si respeto y usarlos con *prudencia* y *responsabilidad*.



Actualmente tenemos una ventaja que no tenían nuestros padres. Las nuevas tecnologías nos permiten acceder a la información muy rápidamente. Además podemos **consultar online al farmacéutico** y que nos conteste en un breve periodo de tiempo. Y todo ello desde casa o desde nuestro móvil, de forma sencilla, discreta y anónima.

Comentarios