

Transcripción

Estos son algunos consejos que le ayudarán a usted a seguir una rutina de medicamentos, para que sean lo más eficaces posible.

"Si usted está enfermo, si está teniendo un buen día, no importa. todavía tomar su medicamento para el Asma todos los días."

Asegúrese de que usted entiende su receta para que sepa qué tomar, cuánto y cuándo. Su proveedor del cuidado de la salud le dará un plan de acción para el Asma, que contiene las instrucciones detalladas.

Haga que su proveedor del cuidado de la salud le demuestre cómo tomar sus medicamentos y que evalúe su técnica para asegurarse de que usted lo está haciendo correctamente.

"Si escucha el tono, indica que usted está respirando demasiado rápido, ¿de acuerdo?"

Y asegúrese de informarle a su proveedor del cuidado de la salud o farmacéuta acerca de todos los medicamentos y suplementos que esté tomando, tanto recetados como de venta libre, para prevenir cualquier complicación con su medicamento para el Asma.

Sepa cómo limpiar sus dispositivos y hágalo con regularidad.

Aprenda cómo almacenar sus medicamentos correctamente. Asegúrese de mantenerlos a la temperatura ambiente.

No guarde sus medicamentos donde estén expuestos a temperaturas extremas, como por ejemplo en la guantera de su auto.

Asegúrese de que tiene sus medicamentos de alivio rápido con usted para que pueda utilizarlos si es necesario, como le indique su proveedor del cuidado de la salud.

"Mantengo mi inhalador conmigo en todo momento. Tengo un inhalador arriba, abajo, en mi bolso."

"El Advair, lo guardo en un solo lugar en la mañana y en otro lugar en la noche. Así que cuando usted se va poniendo un poco viejo lo olvida tomar. Si no está en ese lugar, usted ya tomó su medicamento, pero si está en ese lugar, entonces no lo ha tomado."

Verifique las fechas de caducidad a menudo y pídale a su proveedor del cuidado de la salud incluir las recargas para su receta y así no se le agotará su medicina.

Los medicamentos pueden ser costosos, así que si usted tiene problemas para pagarlos, pregúntele a su compañía de seguros o a su proveedor del cuidado de la salud acerca de los programas de asistencia a los cuales usted puede calificar.

Si tiene alguna pregunta sobre los medicamentos que toma, hable con su proveedor del cuidado de la salud. Asegúrese de discutir cualquier problema al tomar sus medicamentos como se los prescribieron.

Usted y su proveedor del cuidado de la salud son un equipo. Juntos, usted puede elaborar una solución que lo mantendrá sano.