



使用得当时，药物可以缓解您的健康问题，改善您的整体状况，甚至挽救您的生命。因此，正确使用药物，进行监控，并确保它们是最新的非常重要。

以下是一个简单的清单，帮助您确保从处方药中获得全部好处：

- 每次都要阅读包装上的标签。
- 仔细遵循说明。如果不理解，在离开药房之前请询问，或者拨打处方标签上的药房电话。
- 询问您的药物是否需要完全服用完。
- 询问您的医疗团队*在服药期间需要停止哪些活动，例如驾驶、饮酒或使用大麻。
- 如果服用处方药或非处方药后感到不适，请告知您的医疗团队。
- 如果您认为自己正在经历副作用*或不良反应**（详见第2页），请立即寻求帮助。
- 保持所有药物的最新记录，包括处方药、非处方药（包括剂量）以及维生素和草药等膳食补充剂。
- 了解您的药物。如果您服用多种药物，请确保能够通过大小、形状或颜色将它们区分开来。
- 仅服用您自己的药物，切勿与他人分享您的药物。
- 每次就诊时都与医疗团队分享您的药物清单。
- 询问您的医疗提供者**有关药物的费用，讨论治疗方案时了解无品牌药和品牌药的区别及各自的费用。
- 告知您的医疗团队您的过敏情况（包括新的过敏反应）以及过去服用药物的反应。
- 定期询问您的医疗团队是否有不再需要的药物。更多信息请访问 deprescribingnetwork.ca。
- 检查药物的有效期，将过期或未使用的药物带到药房进行安全处理（不要保存这些药物）。

注意：如果您呼吸困难或有其他危及生命的症状，请拨打9-1-1。否则，可以拨打8-1-1联系HealthLink，获得关于何时何地获取副作用或不良反应帮助的建议。

副作用*是指药物可能引起的除预期效果之外的反应。在服用任何药物之前，您的医疗团队应告诉您可能的副作用及其持续时间。如果副作用让您感到困扰，可以要求更换药物。可能有其他更适合您的药物。与您的医疗团队讨论应报告或注意的副作用。

不良反应比副作用更严重，但很少发生。

例如：

- 严重的过敏反应，表现为呼吸困难、皮疹、瘙痒或肿胀。
- 感到头晕目眩，心跳加快。
- 感到恶心、呕吐或严重腹泻。
- 严重到考虑自杀的抑郁情绪。
- 如果您认为自己正在经历不良药物反应，请立即联系您的医疗团队。紧急情况下，**拨打9-1-1**。

需要药物方面的帮助？

当您有以下情况时可随便咨询：

- 需要帮助理解您的药物。
- 对药物或草药有疑问。
- 希望获得有关药物的更多信息和安全决策帮助。
- 怀疑自己可能有副作用。
- 孕期或哺乳期，并对药物或草药对婴儿的安全性有疑问。



药房里的工作人员就是你的健康小帮手：

- 向他们咨询任何有关处方药或非处方药的问题。他们是专家。如果您在同一家药房购买所有处方药，您的药剂师可以查看完整的个人用药历史，以跟踪您服用的药物。

药房工作人员可以为您做以下事情：

- 通过分享关于药物的作用及如何使用的重要信息，帮助您充分利用药物。
- 告诉您哪些活动、食物、处方药、非处方药和草药不宜与您的药物同时使用，从而帮助您保持安全。
- 帮助您想出一种系统来记住按时服药。
- 告诉您可以为您量身定制的特殊包装。

让生活更轻松小TIPS：

- 向药房团队咨询药物提醒设备，例如日历、迷你闹钟或泡罩包装。
- 对于需要服用多种药物的人，带有多个隔间的药盒（称为药箱）可以有所帮助。
- 您还可以请求预先装好药盒，或者要求不带儿童保护盖的药瓶。
- 您的药房可能会提供大字体和/或扁平标签，以使您的处方说明更容易阅读。
- 您的药房可能提供免费的药物递送服务。一定要询问。

包装说明

泡罩包装 (Blister Pack)

泡罩包装是一种药物包装方法，每个剂量都放置在一个小塑料泡中，并用一张铝箔纸封背。药物通常按天进行分类，最多可以安排一个星期的剂量。当您需要服药时，只需将药丸从泡罩中挤出即可。这样，您可以看到哪些剂量已经服用过。



药箱 (Dosette)

药箱是一个可以将药物按一天中不同时间（例如早上、中午、下午或睡前）进行分类的容器，通常也可以安排最多一周的剂量。这样，您可以确认是否已经服用了上一次的药物剂量。您可以自己装药箱，或者请药剂师帮忙装药箱。如果您每天在不同时间服用多种药物，这将是一个很好的主意。药箱还可能配备在服药时间到时会响的报警装置。



无儿童防护盖

大多数药物都放在带有儿童防护盖的容器中。儿童防护盖有时很难打开。如果您遇到困难，请向药剂师申请无儿童防护盖的瓶子。请记住始终将药物放在儿童接触不到的地方。

**医疗团队是指患者、他们的护理人员以及参与计划和协调患者护理的所有医疗服务提供者。*

***医疗提供者包括医生、护士、牙医、心理学家、理疗师、药剂师等。*

