

Medication Management

Lleve dosis adicionales



Establecer una rutina



Mantenga los medicamentos visibles



Buscar apoyo



Utilice un organizador de pastillas



Utilizar un calendario





Cuidarse bien y cumplir con su plan de tratamiento es clave para mantenerse saludable y sentirse mejor. Una parte realmente importante de esto es tomar sus medicamentos según lo prescrito. Las investigaciones han descubierto que, si no toma sus medicamentos, hay un mayor riesgo probabilidad (entre un 30% y un 40% más) de que sus síntomas vuelvan a aparecer. A continuación, se ofrecen algunos consejos que le ayudarán a recordar tomar sus medicamentos:

Establecer una rutina

Intente tomar su medicamento mientras realiza una actividad que realiza habitualmente a la misma hora todos los días, como cepillarse los dientes durante las comidas, y asegúrese de utilizar alarmas como recordatorios.

Mantenga los medicamentos visibles

Coloque sus medicamentos en un lugar seguro y visible, como el mostrador de la cocina.

Utilice un organizador de pastillas

Un pastillero puede ayudarle a reservar sus dosis diarias y realizar un seguimiento de su ingesta.

Lleve dosis adicionales

Mantenga dosis adicionales de su medicamento en su bolso, para que pueda tomarlas cuando esté fuera de casa.

Utilizar un calendario

Registre su ingesta de medicamentos o agregue recordatorios a su calendario.

Buscar apoyo

Pídale a su médico o a un miembro de su familia que le ayude a realizar un seguimiento de su ingesta de medicamentos.

VITRA Health ayuda a las familias a permanecer en sus comunidades y en sus hogares con la ayuda de sus familiares. Nos aseguramos de que sus familiares reciban un pago por cuidar a sus seres queridos y mantener unidas a las familias con la ayuda de nuestras enfermeras y trabajadores sociales.

VITRAhealth.com