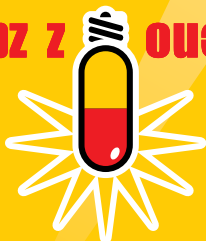




# Moj seznam zdravil

**Premišljeno z zdravili.**  
Za vaše zdravje gre.



*Spoštovani uporabnik zdravil.*

*Pred seboj imate pripomoček, ki bo prispeval k večji preglednosti vašega zdravljenja s predpisanimi zdravili. Uporabo seznama zdravil priporoča tako vaš zdravnik kot tudi farmacevt, saj lahko s pravilnim vodenjem seznama občutno povečate uspeh zdravljenja.*

#### **Kaj lahko dosežem z uporabo seznama zdravil?**

Pripomoček Moj seznam zdravil vam omogoča stalen in ažuren vpogled v shemo zdravljenja, vašemu zdravniku pa hitro informacijo o zdravilih, ki jih prejimate (zdravila na recept in tudi tista, ki so izdana brez recepta) in ne nazadnje tudi vašemu farmacevtu, ki vam svetuje, kako najustrezneje jemati zdravila. Seveda pa doseže seznam svoj namen le, če ga natančno in redno izpolnjujete. Ker je lahko Moj seznam zdravil pomembna informacija tudi v primeru nujne medicinske pomoči, ga vedno nosite s seboj.

#### **Kako uporabljam Moj seznam zdravil?**

Seznam je sestavljen iz dveh delov: iz podatkov o vas, o zdravniku in o farmacevtu ter iz tabelaričnega seznama zdravil.

Najprej izpolnite osebne podatke o sebi, ime osebnega zdravnika ter telefonsko številko in ustanovo, v kateri je zaposlen. Vpišite tudi ime lekarne, kjer najpogosteje dvigujete predpisana zdravila, telefonsko številko in naslov. Vsi ti podatki vam lahko zelo koristijo, če bi se pojavila kakršna koli vprašanja v zvezi z vašim zdravjem ali jemanjem zdravil.

Nato v tabelarični del seznama vpišite vsa zdravila, ki ste jih prejeli v lekarni na osnovi zdravniškega recepta ali pa ste jih kupili v prosti prodaji, v lekarni ali v specializirani prodajalni. Enako velja za zdravila ter prehranska dopolnila naravnega izvora. Če imate težave z izpolnjevanjem rubrik, za pomoč zaprosite svojce, prijatelje, vašega zdravnika ali farmacevta. Ker se v sistem e-recept samodejno zapisujejo tudi vsa zdravila, ki so vam bila v zadnjem obdobju izdana na recept v lekarni v breme obveznega zdravstvenega zavarovanja, lahko za izpis teh podatkov zaprosite tudi vašega zdravnika.

#### **Seznam je razdeljen v naslednje rubrike:**

**IME ZDRAVILA** (jakost, pakiranje, farmacevtska oblika) – Navedete ime zdravila, njegovo jakost (na primer 500 mg, 50 mg/ml,...) in število enot farmacevtske oblike (tablete, kapsule,...). Ime zdravila lahko prepisete z embalaže zdravila. *Primer: Aspirin 100 mg 30 tablet.*

**IME ZDRAVILNE UČINKOVINE** – V vsakem zdravilu je snov, ki učinkuje oziroma daje zdravilu njegov zdravilni učinek. Ime učinkovine lahko prepisete z embalaže zdravila ali navodil za uporabo. *Primer: Aspirin in Andol vsebujeta acetilsalicilno kislino (latinsko: acidum acetylsalicylicum).* Ta podatek je pomemben, ko zaradi različnih razlogov pride do zamenjave zdravila z drugim, ki ima isto učinkovino (npr. izpad dobave, sprememba cene in s tem kritja iz naslova obveznega zdravstvenega zavarovanja,...).

**ODMERJANJE** (dnevno odmerjanje, obdobje uporabe) – Pomemben podatek, kajti le pravilno odmerjanje zagotavlja najboljši učinek. Odmerjanje in dolžino zdravljenja vedno določi zdravnik ali farmacevt. *Primer: 1 x 1 tableta*, kar pomeni vzeti 1 tableto na dan. Če zdravila ne jemljete vsak dan, napišite, kako pogosto ga jemljete; npr. vsak drugi dan, enkrat tedensko, po potrebi, itd.

**NAMEN UPORABE** (za kaj se zdravilo rabi) – Za lažje spremljanje bolezni je za vas dobro, da veste, čemu je določeno zdravilo namenjeno. V to rubriko navedite, za katero bolezen ali stanje jemljete določeno zdravilo. Uporabite lahko izraze zdravstvenih delavcev kot so: »proti bolečinam«, »proti povišanemu tlaku«, »za ščitnico« itd.

**OPOMBE** – Tu navedite posebnosti pri jemanju zdravil, npr. »pred ali po jedi«, največjo dnevno količino zdravila (npr. ko je smiselno jemanje »po potrebi«) in podobne pomembne informacije, ki vam jih da zdravnik ali farmacevt. Primer za paracetamol, 1-2 tableti po potrebi – pod opombe bi napisali »do 3 x 2 tableti dnevno«.

# Moj seznam zdravil

Za vaše zdravje gre.

**Premišljeno  
z zdravili.**

