

Lista de *Mis*Medicamentos

Fecha de la
última actualización:

MM/DD/YYYY

La **lista de MisMedicamentos** es una forma de realizar un seguimiento de todos los medicamentos recetados y de venta libre (OTC, por sus siglas en inglés), vitaminas, suplementos y productos herbales que esté tomando actualmente.

Cómo usar la lista de MisMedicamentos:

- Anote **todos** los medicamentos recetados y de venta libre, vitaminas, suplementos y productos herbales que esté tomando actualmente.
- Anote también las cosas que haya dejado de tomar por reacciones alérgicas o por otras razones (como efectos secundarios, costo o si no funcionaron).
- Lleve esta lista siempre que vaya a recibir cuidados de salud, ya sea de su médico, dentista, farmacéutico, hospital o cualquier otro proveedor de atención médica.
- Actualice esta lista cada vez que haga un cambio en lo que tome.
- Revise esta lista con su proveedor de atención médica (p. ej., médico farmacéutico, profesional de enfermería superior o asociado médico) para identificar los medicamentos que podrían aumentar su riesgo de caídas o afectar su capacidad para conducir de manera segura.
- Hable con su proveedor de atención médica para completar el plan de acción de MisMedicamentos y ajustar cualquier medicamento según sea necesario. El plan de acción de MisMedicamentos está disponible en bit.ly/CDC-MedicinesRisk.



Mantener una lista actualizada de sus medicamentos a la que usted u otras personas puedan acceder fácilmente es importante para las consultas médicas y en caso de una emergencia.



Mis medicamentos recetados y de venta libre sin receta, vitaminas, suplementos y productos herbales actuales

Nombre del medicamento	Razón por la que lo toma	Dosis e instrucciones	Proveedor que lo receta	Notas
<i>Ejemplo: metformin</i>	<i>Diabetes</i>	<i>1000 mg dos veces al día</i>	<i>Dra. Jill Smith</i>	<i>Me produce malestar estomacal, lo tengo que tomar con las comidas</i>
<i>Ejemplo: oxymetazoline (Afrin)</i>	<i>Congestión</i>	<i>Dos vaporizaciones en cada fosa nasal no más de dos veces al día</i>	<i>Sin receta</i>	<i>No lo use durante más de tres días seguidos</i>

continúe en la página siguiente, si es necesario

