



Zure medikazioari buruzko kontsulta telefonikoa



Zure tratamenduarekin lotutako arazo edo zalantzarik?

- Zertarako da? Nola hartu? Zer ordutan? Noiz arte? Zer kontrako efektu edo interakzio eduki ditzaket? Zer egin dosi bat hartzea ahaztuz gero?
- Azkenengo kontsultan medikamenturen bat gehitu edo kendu al didate?
- Zergatik ezin ditut medikamentuak eskuratu farmazian?

Nola argitu?

- Zure **Tratamendu aktiboaren orria kontsultatu**. Orria beti eguneratuta eduki. Medikuen kontsultan, zure osasun zentroko harreran edo farmazian eska dezakezu. Zure **Osasun Karpeta**-n ere eskuragarri daukazu.
- Zure zalantzak **farmazian** edo Osakidetzako **Osasun Aholkua**-n galdetu. Ez baduzu arazoa argitzerik izan, eskatu hitzordu telefoniko bat zure **osasun zentroan**.

Medikamentuaren izena	Dosiak	Ordutegia	Behar duzun informazioa
Aspirina	100 mg	1-2 aldiz	...
Parasetamol	500 mg	4 aldiz	...
...



Azaldu argi eta garbi zure deiaren zergatia.

- Egin nahi dituzun galderak idatzita eduki eta garrantzitsuenetik hasi.
- Eskura izan tratamendu aktiboaren orria eta hartzen ari zaren medikamentuak.
- Prestatu beharrezkoak izan ditzakezun gauzak: papera, boligrafoa, betaurrekoak...
- Hitz egin ahal izateko aukeratu ongi argiztatutako leku pribatu eta isila.
- Telefonoz hitz egiteko zailtasunak badituzu, eska iezaiozu baten bati laguntzeko.



Ziurtatu zure zalantza guztiak argitu dituzula.

Beharrezkoa denean kontsultara joateko eskatuko zaizu.

Bibliografia:

Añel R. **Consulta telefónica. Recomendaciones para pacientes**. [interneteko monografia]. SemFYC;2021.
BeMedWise [interneteko webgunea]. **10 Questions to Ask About the Medicines You Take**.



Consulta telefónica sobre tu medicación

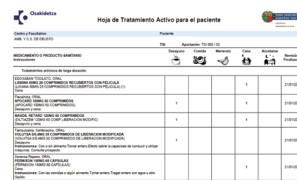


¿Dudas o problemas con tu tratamiento?

- ¿Para qué es?, ¿Cómo tomarlo?, ¿A qué hora? y ¿Hasta cuándo? ¿Qué efectos adversos o interacciones puede tener?, ¿Qué hago si se me olvida una dosis?, ¿Me han incluido o retirado algún medicamento en la última consulta?
- ¿Por qué no puedo conseguir los medicamentos en la farmacia?

¿Cómo resolverlas?

- Consulta tu **Hoja de tratamiento activo**. Tenla siempre actualizada. Pídelo después de cualquier cambio en tu medicación, en la consulta, en la recepción de tu centro de salud o en la farmacia. Incluso puedes acceder a ella a través de la **Carpeta de salud**.
- Pregunta tus dudas en la **farmacia** o en el **Consejo Sanitario** de Osakidetza. Si no consigues resolver el problema, llama a tu **centro de salud**.



Medicamento	Dosis	Frecuencia	Observaciones
Paracetamol 500mg	1 comprimido	3 veces al día	
Aspirina 100mg	1 comprimido	1 vez al día	
Insulina	1 unidad	1 vez al día	



Explica clara y directamente tu motivo de consulta:

- Apunta las preguntas que necesitas hacer y comienza por las más importantes.
- Ten a mano la hoja de tratamiento activo y los medicamentos que estás tomando.
- Prepara otras cosas que puedas necesitar: papel, bolígrafo, gafas...
- Elige un sitio iluminado, privado y silencioso para poder hablar.
- Si tienes dificultades para hablar por teléfono, pide a alguien que te acompañe.



Asegúrate de que has resuelto todas tus dudas.

En caso necesario se te citará en la consulta.

Bibliografía:

Añel R. **Consulta telefónica. Recomendaciones para pacientes**. [monografía en internet]. SemFYC;2021.
BeMedWise [sitio en internet]. **10 Questions to Ask About the Medicines You Take**.

Elaborado por: Iñigo Aizpurua, Rosa Añel, Naiara Bidaburu, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Itxasne Lekue, M^o José López, Oihana Mora, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karnele Pérez, Isabel Porras y Juan Uriarte

cevime
centro vasco de información de medicamentos
medikamentu informazioko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

La información aquí contenida tiene únicamente finalidad informativa y en ningún caso sustituye las recomendaciones de tu profesional sanitario. Queda totalmente prohibido el uso de este documento con fines promocionales.

