

čuvati pod jezikom, promućkati bočicu i sl.). Pažljivo pročitajte etiketu koju Vam je farmaceut dao uz lijek, tu ćete naći važne informacije.

Pravi način čuvanja lijeka podrazumijeva čuvanje na sigurnom mjestu, suhom, tamnom i hladnom. Treba izbjegavati da se lijekovi čuvaju u kupaonici, iznad izvora toplote, svjetlosti (na osunčanom ili vlažnom mjestu, pored izvora vlage).



Koliko često imate ovakva pitanja u vezi sa lijekovima?

- Koliko puta dnevno?
- Prije, za vrijeme ili poslije obroka?
- Šta u slučaju trudnoće?
- Sekundarni efekti?
- Šta sa drugim lijekovima itd...

Ne ostavljajte Vaša pitanja bez odgovora.

Konsultujte stručnjaka za lijekove.
Tražite savjet od

Vašeg farmaceuta!



JU Opća bolnica
„Prim.dr. Abdulah Nakaš“
Kranjčevićeva 12
71000 Sarajevo
Bosna i Hercegovina



Telefonska centrala
+387 33 285-100

Fax
+387 33 285-370

Web adresa
www.obs.ba

e-mail
info@obs.ba



Odjeljenje za bolničku farmaciju

DA LI POZNAJETE „5P“?

Uzimanje lijekova na pravi način

Informacije za pacijente



Pripremila
Prim. Mr. Enisa Salihefendić

Lektorisanje, dizajn i tehnička obrada
Odjeljenje za bibliotečku, informacionu i
edukacionu djelatnost

1P - PRAVI LIJEK

To je onaj lijek koji Vam je propisao Vaš ljekar ili savjetovao Vaš farmaceut. Neophodno je da ih upoznate sa svim lijekovima koje uzimate, sa ili bez liječničkog recepta. Bez takve informacije teže je preporučiti pravi lijek. Poznato je takođe da interakcije lijekova mogu smanjiti efikasnost nekog lijeka ili povećati neželjene efekte. Da bi Vaš osobni dosje kod farmaceuta bio kompletan skrenite mu pažnju ukoliko:

- ste alergični na neki lijek
- imate drugih zdravstvenih problema
- trudni ste, planirate to biti ili dojdite bebu
- podvrgnuti ste specijalnom režimu ishrane (bez soli, šećera, masoće ili vegetarijanski režim).

Pravi lijek treba **poznavati** po njegovom nazivu i moći ga **prepoznati** po njegovoj **boji, formi i učinku**. Ako Vi s tim imate poteškoća, Vaš farmaceut Vam može pomoći, uz malu dovrtljivost. Neki lijekovi ne vole da se miješaju sa drugima, a ponekad više lijekova imaju istu boju. Izbjegavajte ih miješati i nastojte ih čuvati u originalnoj ambalaži. Uvijek provjerite: datum izdavanja lijeka, rok trajanja otisnut na etiketi ili na samoj kutiji lijeka. Po isteku roka trajanja lijek može izgubiti svoju ljekovitost ili postati otrovan.

2P - PRAVA OSOBA

Vaši lijekovi su odabrani **za Vas, doziranje** je određeno prema **Vašem zdravstvenom**

stanju. Vođeno je računa o Vašoj **težini, visini, spolu, alergiji** ili drugim **bolestima** od kojih patite. Svoje lijekove ne dijelite sa Vama bliskim osobama za koje Vam se čini da imaju iste simptome kao Vi. Nikada nemojte uzeti lijek koji je propisan Vašim prijateljima, roditeljima, komšiji. Takođe, lijek koji je propisan odrasloj osobi nikad ne dajte djetetu bez prethodnih konsultacija sa farmaceutom. Neki lijekovi ako se greškom popiju, mogu izazvati ozbiljna trovanja. Čuvajte Vaše lijekove daleko od dječijeg dohvata.

3P - PRAVI TRENUTAK

Lijek se treba **uzimati u pravom trenutku**. Određeni lijekovi mogu biti prilagođeni **ishrani, piću** ili nekim **drugim lijekovima**. Uzet u pogrešno vrijeme, Vaš lijek može izgubiti efikasnost.

Da li znate da neki lijekovi bolje djeluju u određenom periodu dana?

Upitajte Vašeg farmaceuta da li je uzimanje Vašeg lijeka popraćeno posebnim okolnostima (npr. uz obrok i sl.) ili u preciznom dijelu dana (npr. jutro ili veče).

Pravi momenat za uzimanje lijeka mora biti prilagođen Vašim **aktivnostima** (noćni rad, intenzivan fizički napor). Vaš farmaceut je mjerodavna osoba; može Vas savjetovati, odrediti **vrijeme** uzimanja lijeka ili pomoći u **memorisanju**, kako biste dobili maksimalnu korist od tretmana.

4P - PRAVA DOZA

To je ona doza koja Vam je propisana, ni manja ni veća. Prije nego uzmete **drugачiju**

količinu lijeka od one koja Vam je propisana, ne zaboravite konsultovati Vašeg liječnika ili farmaceuta. Pridržavati se prave doze znači imati adekvatno pomagalo za mjerenje. Kuhinjsko posuđe nije dovoljno precizno za mjerenje tečnosti, čajna kašika je različita od jednog domaćinstva do drugog. Opređeljajte se za **graduirane kašike** ili za **oralne šprice** koje možete nabaviti u svakoj ljekarni.

Ako zaboravim uzeti lijek?

U principu, lijek uzmite odmah po konstatovanju da ste to zaboravili. Ako je određen sat sljedećeg uzimanja (to znači da ostaje manje od pola vremena koje traje između dva uzimanja lijeka), pričekajte do tada i nastavite po uobičajenoj satnici.

Količinu nikada ne duplirajte. U slučaju nejasnoća, konsultujte Vašeg farmaceuta. Da biste izbjegli da zaboravite pridružite uzimanje lijeka nekoj rutinskoj radnji, kao npr. **pranju zuba**.

5P - PRAVI NAČIN

Ako je neki lijek pogrešno uzet, uzrokuje često više štete nego koristi. Osim što nam čini dobro, lijek može imati i neprijatan učinak; Vaš farmaceut ili ljekar mogu Vam dati pravi savjet i ublažiti ili spriječiti neprijatan učinak nekoga lijeka. Prije nego sami odlučite o prestanku uzimanja nekoga lijeka, zatražite mišljenje Vašega farmaceuta ili ljekara.

Uzeti lijek na pravi način, ponekad znači voditi načina o precizno određenom načinu uzimanja lijeka (lijek sažvakati prije gutanja,