

Tome sus medicamentos tal como se los recetaron

Cuando no toma los medicamentos tal como fueron recetados, existe un mayor riesgo de que empeore su salud y calidad de vida. Siga su régimen de medicamentos tal como lo indicó su médico para ayudarle a mantenerse saludable. Una manera de ayudarle es preguntarle a su médico acerca de obtener los suministros de sus medicamentos recetados para 90 días.



Beneficios de obtener un suministro para 90 días:

- Menos visitas a la farmacia.
- Menores probabilidades de olvidar tomar una dosis de sus medicamentos.

Consejos adicionales para administrar sus medicamentos:

- Pídale ayuda a su farmacéutico para que todos sus medicamentos sean surtidos al mismo tiempo.
- Surta sus medicamentos unos días antes de que se le acaben.
- Regístrese en su farmacia para surtirlos automáticamente.
- Si es posible, regístrese en su farmacia para recibir alertas de recordatorios por mensaje de texto para surtir sus medicamentos.
- Use una sola farmacia para surtir sus medicamentos para que tengan un registro completo.
- Guarde sus medicamentos en un lugar seguro y visible para que se acuerde de tomarlos.
- Ponga una alarma, use un calendario o coloque una nota de recordatorio en un lugar que vea a diario.
- Tome sus medicamentos a la hora de realizar actividades que hace todos los días.
- Ordene sus medicamentos en un pastillero.

Su médico o farmacéutico debe revisar sus medicamentos con usted, por lo menos, una vez al año. En algunos casos, es posible que sea necesario revisar sus medicamentos más seguido. Avísele a su médico o farmacéutico si tiene algún efecto secundario o problema con sus medicamentos. Si tiene preguntas, llame a Servicios para Miembros de OneCare gratuitamente al **1-877-412-2734 (TTY 711)**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Contamos con personal que habla su idioma. Visítenos en www.caloptima.org/OneCare.



OneCare
CalOptima Health

CalOptima Health, A Public Agency

Taking Your Medicines as Prescribed_S
H5433_24PD015TS_C
RSC Approved 01-24
MMA 3242 1-24-24 RX'