

Taking Medicines Safely

Medicines are often part of treatment for illness or injury. Taking medicine is not without some risk for side effects. Follow these tips for taking medicines safely:

- Keep a list of your medicines with you. Include prescription and over the counter medicines, herbs, vitamins and any home remedies you use.
- Show this list to all doctors, pharmacists and dentists who are treating you.
- Take your medicine as ordered by your doctor. Do not change or stop taking any medicine until you talk to your doctor.
- Take your medicines at the same time each day.
- Tell your doctor if you are pregnant, breastfeeding or on a special diet.
- Get a refill at least one week before your medicine is gone.
- Throw away unused or expired medicines.
- Do not take any new herbal products or over the counter medicines without first checking with your doctor or pharmacist. These products may change the way your other medicines work.
- Do not give your medicines to anyone else.

تناول الأدوية بأمان

تكون الأدوية في الغالب جزءاً من علاج من مرض أو إصابة. ولا يخلو تناول الأدوية من التعرض لبعض الآثار الجانبية. لذا اتبع الإرشادات التالية لضمان تناول الأدوية بأمان:

- احتفظ معك دائماً بقائمة بالأدوية التي تتناولها بما في ذلك الأدوية الموصوفة من قبل طبيب والأدوية الأخرى التي لا تحتاج لوصفة طبيب والأعشاب والفيتامينات وأية علاجات يتم تحضيرها في المنزل.
- قدم هذه القائمة لجميع الأطباء والصيادلة وأطباء الأسنان الذين يشرفون على علاجك.
- تناول الدواء وفق إرشادات الطبيب، ولا تغير الدواء أو تتوقف عن تناوله دون أن تتحدث إلى الطبيب بشأن ذلك.
- تناول الدواء في نفس الوقت كل يوم.
- أخبري الطبيب إذا كنت حاملاً أو ترضعين أو تتبعين نظاماً غذائياً معيناً.
- احرص على صرف الدواء مرة ثانية قبل انتهائه بأسبوع على الأقل.
- تخلص من الأدوية غير المستخدمة أو منتهية الصلاحية.
- لا تتناول أي منتج من منتجات الأعشاب أو أي دواء لا يحتاج لوصفة الطبيب دون استشارته أو استشارة الصيدلي أولاً، فهذه المنتجات من الممكن أن تغير من تأثير الأدوية الأخرى التي تتناولها.
- لا تُعط أدويةك إلى أي شخص آخر.

New Medicine

- Check if the medicine is covered by your insurance or if a generic medicine can be used.
- Use only one pharmacy so that there is a record of all of your medicines.
- Ask your doctor or pharmacist these questions:
 - ▶ How do I take this medicine?
 - ▶ How long do I take this medicine? Do I take it until I am better? Is this a medicine I need to take always to keep my problem under control?
 - ▶ What are the side effects and what do I do if they occur?
 - ▶ What do I do when I forget to take my medicine?
 - ▶ What do I do if I take too much medicine?
 - ▶ Can I take this medicine with the other medicines I am taking?

Storing Medicine

- Keep all medicines in their containers unless you are using a pillbox.
- Store medicines in a cool, dry place.
- Keep bottles tightly capped and out of the reach of children.

Write down this information:

- What is the name of the medicine?
- Why do I take it?
- How much do I take?
- What times should I take it?

الدواء الجديد

- اسأل عما إذا كان الدواء مشمولاً بتأمينك الصحي، أو عن إمكانية تناول دواء عام.
- تعامل مع صيدلية واحدة فقط حتى يكون هناك سجل بجميع الأدوية التي حصلت عليها.
- اطرح على الطبيب أو الصيدلي الأسئلة التالية:
 - ◀ كيف أتناول هذا الدواء؟
 - ◀ ما هي مدة استخدام هذا الدواء؟ هل أستمر في تناول الدواء إلى أن أشعر بالتحسن؟ هل يجب أن أتناول هذا الدواء باستمرار كي لا تسوء مشكلتي الصحية؟
 - ◀ ما هي الآثار الجانبية لهذا الدواء، وما الذي يجب فعله إذا تعرضت لهذه الآثار؟
 - ◀ ما الذي يجب فعله إذا نسيت تناول الدواء؟
 - ◀ ما الذي يجب فعله إذا تناولت جرعات زائدة من الدواء؟
 - ◀ هل يمكنني تناول هذا الدواء إلى جانب الأدوية الأخرى التي أتناولها بالفعل؟

تخزين الدواء

- احتفظ بجميع الأدوية في عبواتها إلا إذا كنت تستخدم صندوقاً لحبوب الدواء.
- قم بتخزين الأدوية في مكان بارد جاف.
- احرص على إحكام الغطاء على الزجاجات وإبقائها بعيداً عن متناول الأطفال.

اكتب هذه المعلومات:

- ما هو اسم الدواء؟
- لماذا أتناول هذا الدواء؟
- ما مقدار الجرعة؟
- ما الأوقات التي يتم فيها تناول الدواء؟

Use the form on the next page to write your medicines down and carry it in your wallet so you have it when you need it.

Talk to your doctor, nurse or pharmacist if you have:

- Any questions about your medicines or how to take them
- Any side effects
- Other concerns

2005 – 2/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

استخدم الاستمارة الموجودة في الصفحة التالية لتدوين أسماء الأدوية التي تتناولها، واحملها في حافظة الجيب حتى تجدها عند الحاجة.

تحدث إلى الطبيب أو الممرض/الممرضة أو الصيدلي إذا كانت لديك:

- أية أسئلة عن الأدوية التي تتناولها أو كيفية تناولها.
- أي أعراض جانبية
- أي مخاوف أخرى

2005 – 2/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Taking Medicines Safely. Arabic.

Medicine List

Name of Medicine	Reason I take it	How much I take	Times I take it

My allergies: _____

Key phone numbers:

Pharmacy _____

Doctor _____

Poison Control 1-800-222-1222

