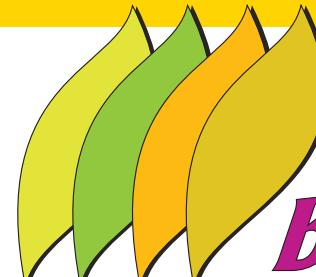


Ippreparat minn Dr Roberto DeBono, HST Public Health,
Health Promotion Unit, HPDPD



*b'sahħitna
tul ħajjitna*



Il-Konsum tal-Medicini



© 2011

 **Direttorat ghall-Promozzjoni
tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard**
5B, The Emporium, Triq C. De Brocktorff, Msida MSD 1421 Malta.
Tel: 2326 6000, Fax: 2326 6104, www.ehealth.gov.mt



**Ministeru tas-Saħħa, I-Anzjani
u Kura fil-Komunità**

Intervista

“ Jien jisimni Manwela Dimech, għandi 77 sena. Fil-każ tiegħi, minħabba n-numru u t-tip ta' mediciċini li qed nieħu, huwa mportanti ħafna li nieħu l-mediċini kif suppost. Nħossni ħafna aħjar meta nieħu l-mediċini kif jgħidli t-tabib u l-ispiżjar tiegħi. ”

- ◆ Il-mediċini¹ iservu biex jipprevenu jew ifejqu l-mard, u biex itaffu s-sintomi tal-mard.
- ◆ Il-proċess naturali tax-xjuhija jgħib miegħu bidliet fil-ġisem li jaffettwaw il-mod ta' kif il-mediċini jaħdmu
- ◆ L-effetti tal-mediċini huma differenti fuq it-tfal, l-adulti u l-anzjani

Oqghod attent kif tieħu l-mediċini

- ◆ Informa lit-tabib jew lill-ispiżjar tiegħek b'mediċini jew *herbal medicines* li qed tieħu u b'mard jew kundizzjonijiet li tbati minnhom. Dan il-ghaliex il-mediċini jistgħu jaħdmu b'mod differenti jekk jittieħdu flimkien, ma' l-ikel jew ma' l-alkoħol, b'tali mod li l-effett tagħhom jista' jonqos jew jiżdied, u xi kultant anki jkollhom *side effects*.
- ◆ Dejjem żomm il-mediċini fil-kaxxa oriġinali tagħhom
- ◆ Tiħux medicini mingħajr ma tieħu parir mediku
- ◆ Ftakar dejjem li certi mediċini jistgħu jaffettwawlek il-kontrol tas-sewqan, il-konċentrazzjoni jew l-attenzjoni tiegħek.
- ◆ Il-mediċini li ġew preskrittivi lilek huma għalik biss. Mediċina li hija tajba għalik tista' tkun ta' hsara għal-ħaddieħor.

Kif għandek tieħu l-mediċini

- ◆ Hu ħsieb li tkun taf eż-żarr kif għandek tieħu l-mediċini. Jekk għandek dubju dejjem staqsi lit-tabib jew lill-ispiżjar tiegħek.
- ◆ Meta ngħidu tieħu l-mediċini fuq stonku vojt, dak ifisser li għandek teħodhom siegħha qabel jew inkella sagħtejn wara l-ikel.
- ◆ Twaqqafx mediċini mingħajr ma' tikkonsulta mat-tabib tiegħek, jekk tibda thossok aħjar. Bi-istess mod, ittawwalx il-kors tal-mediċini iktar milli suppost minn jeddek.
- ◆ Ċerti pilloli ma jistgħux jinqasmu eż-żu biex tieħu nofs doža.
- ◆ Qatt thallat mediċini differenti fl-istess kontenitū.

Ftit pariri

- ◆ Wara vista għand it-tabib tiegħek, kun żgur li tikteb fuq biċċa karta l-isem tal-mediċini li ġew preskrittivi lilek u ta' kif għandek teħodhom.
- ◆ Huwa mportanti li wieħed jaqra l-fuljett li jinsab fil-kaxxa tal-mediċini.
- ◆ Żomm mal-ħinijiet tal-mediċini. Jekk tinsa tieħu doża, ħalliha, u hu li jkun imiss. QATT M'GHANDEK TIEHU DOŽA DOPPJA sakemm ma tkun ikkonsultajt mat-tabib jew l-ispiżjar tiegħek.
- ◆ Il-pilloli għandhom jittieħdu biss ma' l-ilma.

Qabel tieħu mediċina, tajjeb li tinforma ruħek fuq dan li ġej:

- ◆ Għal xiex tittieħed il-mediċina?
- ◆ Il-mod ta' kif teħodha eż-żu jekk hux ma' l-ikel jew le?
- ◆ X-doża hija meħtieġa?
- ◆ Għal kemm tul ta' żmien?
- ◆ Tistax teħodha ma' mediċini oħrajn?
- ◆ Tistax taffettwalek xi attivitajiet li tagħmel kuljum eż-żu sewqan, sports, xiri?
- ◆ X'side effects jista' jkollha l-mediċina u x>tagħmel f'każ li tara jew thoss x'uħud minnhom?



Jekk għandek xi DUBJU dwar xi mediċina, dejjem STAQSI lit-tabib jew lill-ispiżjar tiegħek. Il-professjonisti li jaħdmu fil-qasam tas-sahħha għandhom l-aqwa interess biex itnejbulek SAHHTEK.

¹Il-kelma ‘mediċini’ tirreferi għall-pilloli, misturi, suppożitorji u injezzjonijiet.