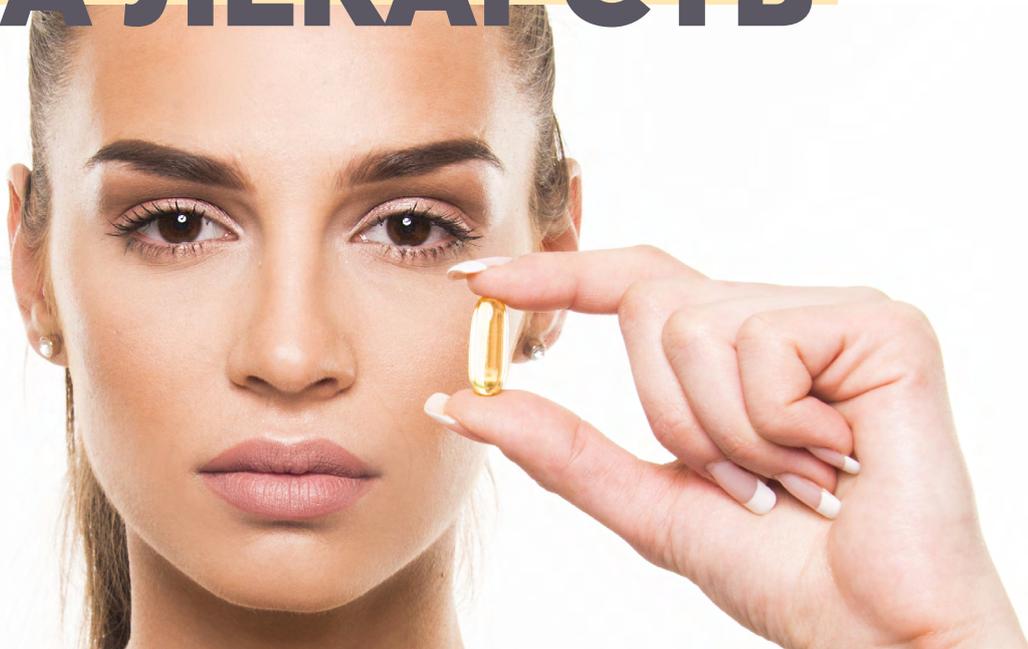


КАК ДОКТОР ПРОПИСАЛ

# ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ



Вы пьете таблетки во время или после еды, а может, принимаете целую горсть утром натощак? От правильного приема лекарств во многом зависит их эффективность и безопасность для организма.



## ИНТЕРВАЛЫ

Если лекарство надо принимать 1 раз в день — старайтесь делать это в одно и то же время.

Если врач назначил приём препарата 2 раза в день — интервал между приемами должен быть не менее 12 часов. 3 раза в день — 8 часов. 4 раза в день — 6 часов.

## ДО, ВО ВРЕМЯ ИЛИ ПОСЛЕ ЕДЫ

Когда и как нужно принимать препарат — чаще всего написано в инструкции.

Если нужно натощак: пейте таблетку утром после пробуждения за 30 минут до завтрака.

Если до еды, значит, вам следует выпить лекарство за 20-30 минут до приёма пищи.

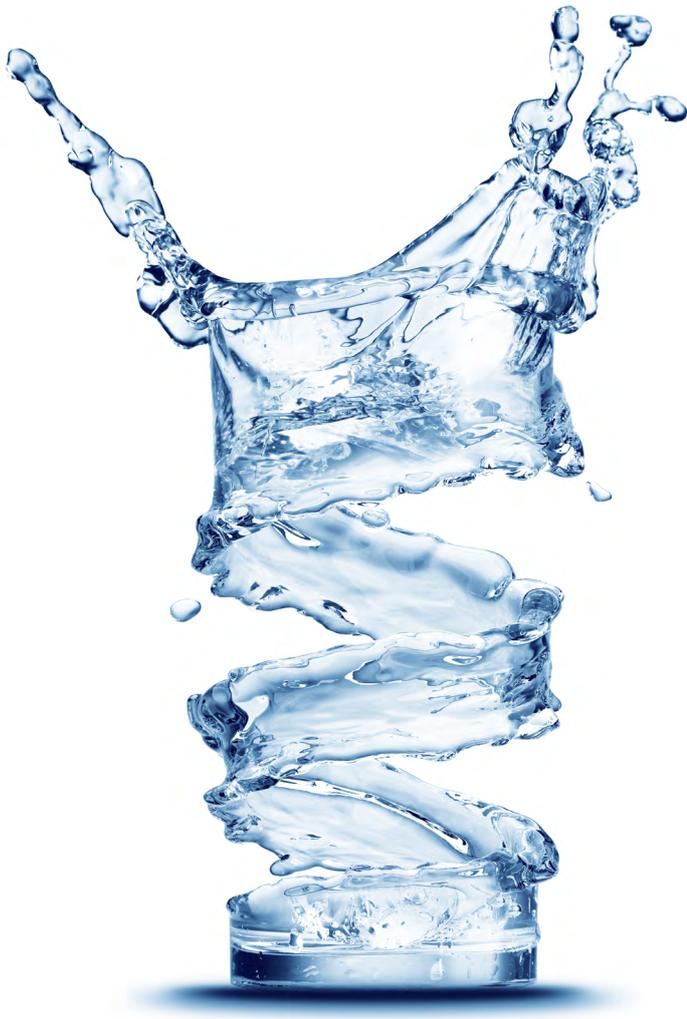
Во время еды: принимайте препараты в процессе употребления пищи. Такая

рекомендация часто касается лекарств, которые могут раздражать желудок или которые лучше действуют в сочетании с едой (к примеру, пищеварительные ферменты).

После еды: пить таблетки можно лишь через 1,5 - 2 часа после завершения трапезы.

Но есть препараты, которые следует принимать сразу после еды — это лекарства, содержащие кислоты: сульфаниламиды, а также широко используемые парацетамол, ацетилсалициловая кислота и прочие.

Всегда соблюдайте рекомендации по времени приема таблеток по отношению к вашему питанию. В противном случае рискуете нанести химический удар по слизистой желудка и кишечника, или действующее вещество попросту не дойдет до «пункта назначения».



### ВОДА ИЛИ ЧАЙ?

Лекарства всегда нужно запивать негазированной водой, если инструкцией не предусмотрено иное. Другие напитки могут ослабить действие препаратов или вступить с их компонентами в химическую реакцию, нанося серьезный вред организму.

### НЕ ГОРСТЬЮ!

Не принимайте одновременно сразу несколько лекарств — они могут быть несовместимыми друг с другом. Между приемами должен быть интервал хотя бы в 30 минут.



### НЕЛЬЗЯ СОЧЕТАТЬ:

- Антибиотики с жаропонижающими, снотворными, антигистаминными препаратами.
- Препараты железа с антацидами (алмагель, маалокс, рении и т. д.).
- Оральные контрацептивы с анальгином, антибиотиками и сульфаниламидами.
- Папаверин с аспирином, пенициллин с витамином С, дибазол с тетрациклином.
- Строго отдельно от других препаратов и витаминов следует принимать энтеросорбенты (активированный уголь, энтеросгель, смекта и т. д.). Они поглощают и выводят из организма как токсические, так и многие полезные вещества. Поэтому интервал между ними и другими лекарствами должен составлять минимум 2 часа. Также не следует принимать сорбенты на постоянной основе, а только как средство «скорой помощи».

### УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ

Всегда соблюдайте температурный режим хранения лекарств, ведь от этого зависит их эффективность.

Если в инструкции написано «хранить в прохладном месте», значит, речь идет о температуре примерно 18°C. Если «от 2°C до 8°C» — смело отправляйте данное средство в холодильник. Также почти все лекарства нужно держать в сухом и защищенном от солнечного света месте. И не забывайте регулярно проверять сроки годности таблеток в аптечке.

*Если у вас есть какие-либо заболевания (гастрит, гипертония, аллергия и т. д.) — обязательно сообщайте о них врачу, назначающему те или иные препараты. И никогда не занимайтесь самолечением, ведь даже самые безобидные обезболивающие таблетки, принимаемые без консультации со специалистом, могут нанести вред.*

*Будьте здоровы!*