

Le tableau suivant peut être un modèle pour vous aider à mieux suivre votre traitement :

Jour	Nom et dose des médicaments	Matin	Midi	Soir	Coucher	Nuit
Lundi						
Mardi						
Mercredi						
Jeudi						
Vendredi						
Samedi						
Dimanche						



Plaquette d'information sur l'observance du médicament
 Plan Régional de Santé Publique 2005-2009 - Programme N° 11
 C. CHAMPEL et F. PLAUT-FRASSETTO, Pharmaciennes
 Conception et impression : ROCA COMMUNICATION - Juillet 2008



**POUR VOTRE SANTE :
 POSEZ-VOUS
 LES BONNES QUESTIONS**

**Votre médecin vous a prescrit
 des médicaments...**



Savez-vous que 50% des patients atteints d'une maladie sévère ne prennent pas correctement leur traitement ?

Cela peut mettre votre vie en danger et multiplier les hospitalisations.

Voici quelques questions importantes à se poser même si vous pensez prendre correctement votre traitement :

- Que savez-vous de votre maladie et de votre traitement ?
- Comment vous organisez-vous au quotidien avec votre traitement ? Votre entourage vous aide-t-il à prendre votre traitement ou avez-vous une aide extérieure (aide à domicile) ?
- Avez-vous développé des astuces qui vous aident à prendre des médicaments (piluliers...) ?
- Rencontrez-vous des problèmes dans la prise de vos médicaments ? Avez-vous des difficultés à ouvrir les emballages, à administrer les collyres ? Avez-vous du mal à avaler ? Les comprimés sont-ils trop gros ? Votre médicament existe peut-être en sirop ou gouttes ...
- Considérez-vous votre ordonnance comme trop compliquée ?
- Tolérez-vous bien vos médicaments ? Vertige, toux, confusion, ...

- Savez-vous que certaines tisanes, huiles essentielles, plantes peuvent interagir avec vos médicaments ?
- Interrompez-vous parfois votre traitement et savez-vous ce que vous devez faire si vous oubliez une prise ?
- Connaissez-vous les modalités de prise de vos médicaments :
 - à jeun, au cours ou à distance du repas ?
 - quotidienne, hebdomadaire ou mensuelle ?
 - en position assise ou debout, ne pas s'allonger après la prise, ... ?
 - avec un grand verre d'eau, contre-indiqué avec du lait, ?
- Rencontrez-vous des difficultés avec les génériques ?

N'hésitez pas à aborder ces questions avec les professionnels de la Santé (médecins, pharmaciens, infirmiers, ...)

Ils sont là pour répondre à vos questions et vous aider à apporter des solutions pour faciliter les prises de votre traitement.

Et surtout, un traitement n'est efficace que s'il est pris CORRECTEMENT

