

Jak prawidłowo przyjmować leki?



Jak prawidłowo przyjmować leki?

Data publikacji
04.06.2025 13:00

Zachęcamy do lektury artykułu dot. prawidłowego przyjmowania leków.

Dekalog Pacjenta – zasady przyjmowania leków:

1. Nie zmieniaj samodzielnie dawki! Leki zawsze należy przyjmować zgodnie z zaleceniami lekarza lub farmaceuty.
2. Pamiętaj o regularności. Warto ustawić przypomnienia w telefonie lub zapisywać informacje na kartkach, aby nie zapominać o dawkach.
3. Nie przerywaj terapii, gdy poczujesz się lepiej!
4. Poinformuj lekarza lub farmaceutę o wszystkich przyjmowanych lekach, suplementach i ziołach – unikniesz wówczas niebezpiecznych interakcji.
5. Zawsze czytaj ulotki leków! Zwróć uwagę na informację czy lek należy przyjmować na czczo, po posiłku czy w trakcie jedzenia.
6. Przechowuj leki w odpowiednich warunkach. Wilgoć i ciepło mogą wpłynąć na ich trwałość.
7. Popijaj leki wyłącznie wodą.
8. Nie łącz leków z alkoholem, sokiem grejpfrutowym czy ziołami – mogą one wchodzić w interakcje z przyjmowanym lekiem
9. Nigdy nie popijaj leków mlekiem – może to utrudniać ich wchłanianie.
10. Pamiętaj, że rozgryzanie, rozkruszanie czy dzielenie tabletek może wpływać na ich działanie.

Artykuł dostępny [tutaj](#).

Źródło: https://www.doz.pl/czytelnia/a18274-Dekalog_Pacjenta_czyli_DOZkonala_lekcja_zdrowia

Grafika: <https://www.pexels.com/pl-pl/zdjecie/lekarstwo-tablety-tabletki-pigulki-9742913/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)