

<https://archiwum.gif.gov.pl/pl/aktualnosci/1481,24-lipca-Miedzynarodowy-Dzien-Samoleczenia.html>
2022-08-18, 12:12

24.07.2019

24 lipca – Międzynarodowy Dzień Samoleczenia

W dniu 24 lipca obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Samoleczenia. Dlatego warto pamiętać o kilku wskazówkach stanowiących element wiedzy nt. odpowiedzialnego samoleczenia.

Oto kilka wskazówek

1. Zawsze noś przy sobie informacje o lekach stosowanych przewlekle oraz doraźnie np. w portfelu.
2. Leki popijaj zawsze wodą!
3. Nigdy nie kupuj leków z niewiadomego źródła, ponieważ mogą być one sfalszowane i zamiast Ci pomóc, poważnie zaszkodzą.
4. Pamiętaj, że lek, który pomógł komuś na objawy podobne do Twoich, nie zawsze pomoże Tobie. Te same objawy mogą mieć różną przyczynę.
5. Gdy masz wątpliwości dotyczące stosowanie leków, pamiętaj, że warto porozmawiać z farmaceutą, który jest wyedukowanym pracownikiem medycznym i zawsze służy swoją fachową wiedzą.

Zachęcamy do zapoznania się z publikacjami Fundacji Obywatele Zdrowo Zaangażowani, które dostępne są pod adresem: www.obywatele.z.pl/edukacja/do-pobrania/.