









Pró-Reitoria de Extensão
e Assuntos Comunitários



Universidade Federal
de São João del-Rei

HORÁRIO DE MEDICAMENTOS

 JEJUM – ANTES DO CAFÉ DA MANHÃ	 APÓS CAFÉ DA MANHÃ	 APÓS ALMOÇO	 APÓS CAFÉ DA TARDE	 APÓS O JANTAR	 ANTES DE DEITAR



Pró-Reitoria de Extensão
e Assuntos Comunitários






AMBULATÓRIO UNIVERSITÁRIO



Universidade Federal
de São João del-Rei

HORÁRIO DE MEDICAMENTOS

	HORÁRIOS	MEDICAMENTOS
MANHÃ 		
TARDE 		
NOITE 		



Pró-Reitoria de Extensão
e Assuntos Comunitários



AMBULATÓRIO UNIVERSITÁRIO



Universidade Federal
de São João del-Rei

ORIENTAÇÕES SOBRE O USO CORRETO DE MEDICAMENTOS

PARA OBTER OS RESULTADOS ESPERADOS DOS MEDICAMENTOS, É INDISPENSÁVEL TOMAR:

Tome seus medicamentos na dose prescrita e pelo período de tempo determinado pelo médico;

Tome os medicamentos nos horários estabelecidos, sempre com um copo 200 ml (copo americano) de água;

Se você esquecer alguma dose, tome assim que lembrar, porém nunca tome duas ou mais doses juntas;

É necessário seguir o tratamento durante todo o tempo prescrito. A diminuição ou término dos sintomas não significa que você pode deixar de tomar o medicamento;

Os medicamentos devem ser guardados longe do calor, ao abrigo da luz e umidade. Por exemplo, não devem ser armazenada perto do fogão, geladeira ou no banheiro.

ONDE GUARDAR SEUS MEDICAMENTOS:

Mantenha o medicamento em sua embalagem original;

Guarde os medicamentos protegidos de: luz, calor e umidade;

Alguns medicamentos necessitam ser guardados na geladeira (ex.: Insulina) para isso não utilize a porta da geladeira ou do congelador! Para transportá-lo, use caixa térmica com gelo reciclável.

O QUE QUER DIZER TOMAR UM MEDICAMENTO EM JEJUM?

O medicamento deve ser ingerido com o estômago vazio, 30 a 60 minutos antes ou 2 horas após a refeição.

EVITE INGERIR BEBIDAS ALCOOLICAS DURANTE O USO DE MEDICAMENTOS



O álcool pode causar problemas quando consumido por pessoas que utilizam medicamentos. Evite ingerir bebida alcoólica durante o uso de medicamentos. Em alguns casos, os problemas são graves e até podem levar a morte.



Pró-Reitoria de Extensão
e Assuntos Comunitários



Universidade Federal
de São João del-Rei

ORIENTAÇÕES SOBRE O USO CORRETO DE INSULINA

ONDE GUARDAR A INSULINA:

- Manter em geladeira (2 a 8 graus);
- Na prateleira mais próxima da gaveta de legumes;
- Não guardar na porta.

OBSERVE O TIPO DE SERINGA:

- Procure utilizar a seringa mais adequada ao seu caso;
- Existem seringas com capacidade para 30 Unidades, 50 Unidades e 100 unidades;
- Nas seringas de 30 U e 50 U a graduação da escala é de 1 em 1 unidade (cada traço equivale a uma unidade);
- Nas seringas de 100 U a graduação é de 2 em 2 unidades (cada traço equivale a duas unidades).

COMO PREPARAR A INSULINA:

- Retire da geladeira a insulina 15 minutos antes da aplicação, separe a seringa, agulha, álcool e algodão;
- Lave as mãos;
- Role suavemente o frasco entre as mãos, 20 vezes. Não agite!
- Retire a tampa. Limpe a parte superior com algodão e álcool;
- Aspire o ar para dentro da seringa na quantidade prescrita da insulina;
- Injete o ar que estava na seringa para dentro do frasco;



Pró-Reitoria de Extensão
e Assuntos Comunitários



Universidade Federal
de São João del-Rei

Vire o frasco de cabeça para baixo;
Aspire lentamente a insulina para dentro da seringa na dose prescrita;
Verifique se há bolhas de ar. Se houver, injete a insulina de volta para o frasco e aspire novamente a dose;
Verifique novamente se a dose está correta;
Retire a agulha do frasco e cubra-a com o protetor.

COMO APLICAR A INSULINA:

Escolha a parte do corpo para a aplicação conforme o desenho;
Limpe a pele com água e sabão ou algodão e álcool;
Segure com as pontas dos dedos uma área da pele e faça uma prega cutânea;
Pegue a seringa e segure-a como se fosse um lápis;
Introduza a agulha na pele num ângulo de 90 graus;
Solte a prega cutânea e injete toda a insulina da seringa;
Retire a agulha;
Pressione o local de aplicação por alguns segundos.

LOCAIS DE APLICAÇÃO:

Abdômen (barriga);

Próximo à cintura;

Coxa (frente e lateral externa);

Glúteo (parte superior e lateral das nádegas);

Braço (parte posterior).

Lembre-se de fazer o **RODÍZIO**, assim você evitará:

Deformação do local;

Diminui a sensibilidade;

Absorção irregular de insulina;

Prejuízo no controle da glicemia.

MAPA DE APLICAÇÃO DE INSULINA:

