

# Ravimine ohutu tarvitamine

## Kokkuvõte juhendist „Ohutu medikamentravi juhend“

1.2.2022

Ravimiinfo on kirjas pakendil ja pakendi infolehel. Pakendi infoleht on juhend, mis on ravimi pakendis. Ravimi kohta võib alati küsida arstilt, õelt ja apteekrilt.

### Millised ravimvormid on olemas?

Ravimvormid on näiteks tabletid, tilgad ja salvid. Iga ravimvormiga seondub asjaolusid, mida tuleb ravimi tarvitamisel arvesse võtta.

Enne ravimi tarvitamist kontrollige alati pakendi infolehel ravimi manustamise teavet.

### Kuidas ravimit annustada?

Võtke ravim õigel ajal. Küsige arstilt, õelt või apteegist, kas ravimit tuleb manustada konkreetsel ajal ööpäevast. Võtke ravimit seistes või istudes.

**Ravimikuur** tähendab, et ravimit tarvitatakse lühikest aega.

**Regulaarne ravimi tarvitamine** tähendab, et ravimit võetakse korrapäraste ajavahemike järel, üldiselt iga päev.

**Vajadusel tarvitavat ravimit** võetakse vaid juhul, kui esineb mõni haigusnäht.

### Kas ravimit tohib poolitada või purustada?

Tabletti tohib poolitada, kui sellel on poolitusjoon ehk keskjoon. Kapsleid üldiselt poolitada ega purustada ei tohi.

### Mida teha, kui unustan ravimit võtta?

Kui unustate võtta ravimit õigel ajal või näiteks oksendate selle välja, lugege pakendi infolehel juhiseid. Võite küsida nõu apteekrilt, õelt või arstilt.

### Mida teha, kui võtan liiga palju ravimit?

Kui võtate liiga palju ravimit, lugege pakendi infolehel juhiseid. Võite küsida nõu apteegist, õelt, arstilt või mürgistusteabekeskusest.

Mürgistusteabekeskuse telefoninumber on 0800 147 111 (tasuta) Mürgistusteabekeskus on alati avatud.

Ärge kunagi tarvitage kellelegi teisele määratud ravimit. Ärge andke oma retseptiravimit kellelegi teisele.

## Mis kasu on raviminimekirjast?

Raviminimekiri on ajakohastatud loetelu kõigist teie tarvitavatest ravimitest.

Raviminimekirjas loetletakse

- arsti määratud retseptiravimid;
- käsimüügiravimid, mida saab apteegist ilma retseptita;
- toidulisandid;
- vaktsiinid;
- toimeainete allergiad.

Märkige raviminimekirja iga tarvitatava ravimpreparaadi nimi, annus ja kasutusotstarve.

**Kandke raviminimekirja alati kaasas.**

**Näidake seda töötajale,  
kui ajate apteegis või tervishoiuasutuses asju.**

## Kuidas jälgida medikamentravi tõhusust?

On hea jälgida ise, kuidas medikamentravi toimib.

Küsige arstilt,  
millist tulemust soovitakse medikamentraviga saavutada.

Kui ravim ei aita, teil tekivad kõrvaltoimed või teil on ravimite tarvitamisega raskusi, pöörduge õe, arsti või apteekri poole.

## Kuidas ravimeid säilitada?

Ravimi õige säilitamine tagab selle toime ja ohutuse kuni viimase kasutuspäevani. Ravimi säilitamise juhised on kirjas pakendi küljel ja infolehel.

## Kuidas hävitada aegunud ja ebavajalikud ravimid?

Ärge kasutage aegunud ravimit. Viige aegunud ravimid apteeki. Apteek hävitab aegunud ravimid turvaliselt.

Lisalugemist:

[Ohjeita turvalliseen lääkehoitoon \(soome keeles\)](#)



LUOTETTAVAN  
LÄÄKETIEDON  
PUOLESTA  
Lääkeinformaatioverkosto