

# Mon plan de médication

Demandez à votre médecin ou à la pharmacie d'élaborer votre plan de médication actuel et complet ou élaborer vous-même une liste de tous vos médicaments et remèdes :

- ✓ tous les comprimés, gouttes, pommades, sprays, pansements, poudres
- ✓ tous les médicaments prescrits
- ✓ tous les médicaments achetés sans ordonnance
- ✓ toutes les vitamines et tous les compléments alimentaires
- ✓ toutes les préparations végétales/homéopathiques ou les remèdes de médecine chinoise



  
sécurité des patients suisse  
www.securitedespatients.ch

## CE PLAN DE MÉDICATION APPARTIENT À :

Nom, prénom : \_\_\_\_\_  
Rue, numéro : \_\_\_\_\_  
NPA, localité : \_\_\_\_\_  
Date de naissance : \_\_\_\_\_  
Téléphone : \_\_\_\_\_  
E-mail : \_\_\_\_\_  
A contacter en cas d'urgence : \_\_\_\_\_

Allergies/intolérances : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Si des problèmes ou des affections surviennent pendant un traitement médicamenteux, parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien-ne.

## VOUS POUVEZ CONTRIBUER VOUS-MÊME À VOTRE SÉCURITÉ :

- Gardez constamment sur vous votre plan de médication mis à jour.
- Emportez-le toujours avec vous lorsque vous vous rendez chez le médecin, à la pharmacie ou à l'hôpital.
- Il est aussi recommandé, lors d'une admission à l'hôpital, d'avoir avec vous vos médicaments et remèdes actuels dans leur emballage original.
- Dès que votre médication est modifiée :
  - >> faites-vous expliquer tout changement de médicament par votre médecin ou votre pharmacie ;
  - >> demandez un plan de médication actualisé ou mettez-le vous-même à jour.
- Ne conservez que le plan de médication actuel.

## VOICI COMMENT ÉTABLIR VOTRE PLAN DE MÉDICATION

Vous pouvez utiliser le modèle du verso. Voici comment vous pouvez compléter votre plan de médication :

QUOI ?	POURQUOI ?	QUAND ?				À QUELLE FRÉQUENCE ?	COMMENT ?	ET SINON ?
		le matin	à midi	le soir	avant le coucher			
<b>Médicament</b> Nom avec dosage et forme	<b>Raison de la prise du médicament</b>					<b>Indications relatives à la fréquence</b>	<b>Remarques concernant l'utilisation</b>	<b>Remarques</b> p. ex. durée du traitement; conservation; prescrit par
<b>Médicaments que je prends régulièrement</b>								
Anticoagulant <sup>!</sup> 100 mg, comprimés	Fluidification du sang	1	0	0	0		Après le repas	Prescrit depuis le 15.5.2015 par mon médecin de famille
NoPain <sup>!</sup> 0,5 g/ml, gouttes	Douleurs	30	30	0	30	Toutes les 8 heures 7 h/ 15 h/ 23 h		Conserver au réfrigérateur
SolidOs <sup>!</sup> 70/5600 mg, comprimés	Ostéoporose	*	0	0	0	*1 comprimé le lundi matin	30 minutes avant le petit-déjeuner	Rester en position debout au moins 30 minutes

Sur [www.securitedespatients.ch](http://www.securitedespatients.ch), vous trouverez un modèle du plan de médication à imprimer ainsi que des informations détaillées à propos de la sécurité de la médication.

Indication<sup>!</sup>: noms fictifs de médicaments

