

# Kòman pou Jere Medikaman Tansyon Ou



## Kijan pou Renouvle Òdonans Ou yo:

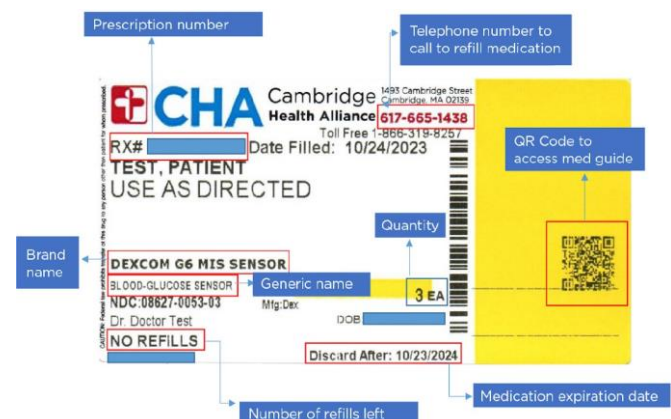
- Si medikaman **w ap pran** kounye a fini:
  - Kontakte famasi CHA a pou renouvle òdonans ou an (jwenn plis medikaman) si:
    - Medikaman w lan fini men ou gen lòt renouvèlman ki rete
    - Òdonans ou a **pa** ekspire.
  - Kontaket famasi a pandan w ap rele famasi lokalite w la oswa itilize aplikasyon mobil renouvèlman an: <https://app.rxlocal.com/>.
- Si ou pa gen **renouvèlman ki rete** oswa **si òdonans ou a ekspire**:
  - Kontakte prestatè w la nan telefòn oswa sou MyChart pou revize òdonans ou an.
  - Prestatè w la pral bezwen asire li ke medikaman an ap travay nan fason yo atann lan epi li pral ekri ba ou yon òdonans pou yon sèten kantite renouvèlman.
- Si ou bezwen yon **lòt òdonans**:
  - Kontakte prestatè w la nan telefòn oswa sou MyChart pou revize òdonans ou an. Ou gen dwa bezwen yon randevou pou ekip swen w lan kapab evalye bezwen ou yo.
  - Famasi a pa kapab preskri (otorize) medikaman. Se prestatè a ki dwe fè sa.

## Kòman pou Sonje Pran Medikaman Ou:

Li enpòtan pou ou kontwòle medikaman ou epi pran yo kòm sadwa. Men kèk fason pou w sonje pran li:

- Pran medikaman ou nan menm lè a chak jou.
- Pran medikaman an ansanm ak aktivite kotidyen yo, tankou bwose dan.
- Itilize yon bwat medikaman cak semèn avèk seksyon ki separe pou chak jou oswa chak fwa nan jounen an.
- Mande fanmi ou ak zanmi ou pou yo ede ou sonje.
- Itilize yon kalandriye pou medikaman.
- Aktive yon rapèl sou telefòn entèlijan w lan.

**Aprann kòman pou ou li etikèt òdonans ou pandan w ap gade imaj adwat la.**



## Kòman pou Chanje pou Famasi CHA a:

Si ou gen kesyon apwopo famasi nou an, apwopo chanjman òdonans ou yo, oswa apwopo itilizasyon Famasi nou an, ou kapab swa rele 617-806-8566 (peze opsyon 3), oswa voye yon imel ba nou sou [Pharmacy@challiance.org](mailto:Pharmacy@challiance.org), oswa vizite nou sou [www.challiance.org/pharmacy](http://www.challiance.org/pharmacy).

## Ou kapab rele Famasi a dirèk tou nan adrès ki pi pre w la:

Cambridge: (617) 665-1438 East Cambridge: (617) 499-6690  
Malden: (781) 338-8990 Revere: (781) 485-8272

## Kisa Medikaman Tansyon Wo a ye?

- Medikaman tansyon wo a ede desann tansyon an.
- Toudepann de risk ou ak nivo tansyon ou, ou ka bezwen youn oswa plizyè kalite medikaman pou ede tansyon ou rete nan yon nivo nòminal.
- Ou ka genyen pou w wè prestatè w la souvan jiskaske tansyon ou sou kontwòl.
- Medikaman tansyon yo efikas sèlman si w pran l jan yo preskri w yo a.
- Ou pa dwe kanpe sou medikaman an san apwobasyon pwofesyonèl swen sante w la, menm si ou santi w byen.

## Ki Kalite Medikaman Yo ka Preskri?

- Diyoretik - ede kontwòle tansyon an pandan l ap retire eksès sodyòm (sèl) ak dlo ki nan kò ou nan pipi. Yo rele sa yo "water pills" pafwa.
- Anjyotansyon-konvèti inibitè anzim (ACE), blokè reseptè anjyotansyon II (ARB yo) ak blokè chèn kalsyòm yo - rilaks epi ouvri veso sangen ki etwat yo epi bese tansyon an.
- Blokè Alpha yo, blokè bèta yo, inibitè sistèm nève yo - redui enpilzyon nè yo nan veso sangen yo, sa ki pèmèt san an pase pi fasil.
- Dilatè veso yo - ouvri veso sangen yo dirèk pandan y ap kontwòle enpilzyon nè yo.

*Remak: anpil pasyan ka bezwen pran de (2) oswa plizyè medikaman pou ede tansyon an rete nòminal.*

## Ki Efè Segondè li genyen?

Kèk medikaman tansyon kapab afekte sèten foksyon nan kò a. Sa ka lakoz efè segondè, men avantaj ki genyen lè ou pran yo depase risk pou efè segondè yo lakay majorite moun.

Kèk efè segondè kouran ki ka rive se:

- Feblès, fatig oswa anvè dòmni
- Pwoblèm bande
- Pwoblèm dòmi
- Batman dousman oswa rapid
- Gratèl po
- Santi swaf
- Tous
- Kranp nan mis
- Maltèt, tèt vire oswa toudisman
- Konstipasyon oswa dyare

Si ou gen efè segondè, pa sispann pran medikaman w yo pou w evite yo. Kontakte prestatè w la pou nenpòt kesyon oswa sousi. Prestatè w la kapab travay avèk ou pou jwenn medikaman oswa dòz k ap bon pou ou a.

**Eskane kòd QR la pou jwenn plis enfòmasyon.**

