

घर में दवाइयों की सुरक्षा

आपकी हर दवा पर लागू

हर बार दिखाने आते समय दवाइयाँ साथ लाएँ

सूची नहीं, असली पत्ते और शीशियाँ लाएँ — इसमें वे चीजें भी शामिल हैं जो आप खुद खरीदते हैं, आयुर्वेदिक या होम्योपैथिक दवाइयाँ, प्रोटीन पाउडर और विटामिन। कई गंभीर दवा-प्रतिक्रियाएँ उन्हीं चीजों से होती हैं जिन्हें मरीज "दवा" मानते ही नहीं। आप क्या ले रहे हैं यह जाने बिना हम सुरक्षित दवा नहीं लिख सकते।

दवाइयाँ रखने का तरीका

- **ठंडी, सूखी और अँधेरी जगह** पर रखें — फ्रिज के ऊपर नहीं, बाथरूम में नहीं, रसोई में चूल्हे के पास नहीं। गरमी और नमी दवाइयाँ खराब कर देती हैं।
- **गोलियाँ लेने तक उनके असली पत्ते में ही रखें।** पत्ते पर नाम, बैच और एक्सपायरी तारीख लिखी होती है।
- सिर्फ वही चीजें फ्रिज में रखें जिन पर लिखा हो — इंसुलिन, कुछ इंजेक्शन और कुछ आई ड्रॉप। **किसी भी दवा को जमाएँ नहीं।**
- **दवाइयाँ बच्चों से दूर ताले में रखें।** आयरन की गोलियाँ, पैरासिटामोल और दर्द के पैच बच्चों में गंभीर जहर के सबसे आम कारणों में हैं।

हर बार एक्सपायरी तारीख देखें

एक्सपायरी हो चुकी कोई भी चीज फेंक दें। जो गोलियाँ रंग बदल चुकी हों, चिपचिपी या भुरभुरी हो गई हों, या जिस सिरप का रंग या गंध बदल गई हो, उन्हें भी फेंक दें — भले ही तारीख बाकी हो।

खुलने के बाद ज्यादातर सिरप लेबल पर लिखी अवधि के भीतर खत्म कर लेने चाहिए।

दवाइयाँ कभी साझा न करें, और किसी और की दवा कभी न लें

जो गोली आपके पड़ोसी को सूट करती है वह आपको नुकसान पहुँचा सकती है। दर्द की दवाओं, खून पतला करने वाली, शुगर की और एंटीबायोटिक में यह खास तौर पर सच है।

किसी नई तकलीफ के लिए पुराना पर्चा दोहराने से पहले हमसे पूछें।

यात्रा

- दवाइयाँ **हाथ के सामान में**, असली पैकिंग में, पर्चे के साथ रखें।
- कुछ दिन ज्यादा की दवा साथ रखें।
- पर्चे की फोटो और दवाओं की सूची अपने मोबाइल में रखें।

