

# ఆరోగ్యంగా లేరా ..? మందులు వాడుతున్నారా ..? ముఖ్యమైన విషయాలు తెలుసుకోండి..!

## మందులు వాడవలసిన పద్ధతులు :

- ✓ వైద్యుని సలహామేరకు మాత్రమే మందులు వాడాలి.
- ✓ త్రాగు నీటితో మాత్రమే మందులు వేసుకోవాలి.
- ✓ మందులు ఏ సమయంలో వేసుకోవాలో అర్థం చేసుకొని క్రమ పద్ధతిలో వాడండి.
- ✓ మందులు వాడకం వలన శరీరంలో అనుకోని మార్పులు సంభవిస్తే వెంటనే వైద్యుని సంప్రదించండి.
- ✓ మందుల చీటీలోని మందులు మళ్ళీ వాడాలంటే వైద్యుని అనుమతి తప్పనిసరి.

## మందులు వాడకూడని పద్ధతులు :

- అతిచల్లని పానీయాలతో, కాఫీ, పాలు మొదలగు వాటితో మందులు వేసుకోరాదు.
- మందులన్నింటిని ఒకేసారి తీసుకోకూడదు.
- యాంటీబయాటిక్స్ ని విచ్చల విడిగా వాడకూడదు.
- కాలపరిమితి దాటిన (Expiry Date) మందులు వాడవద్దు.
- నొప్పి నివారణ మందులు అతిగా వాడుట వలన కాలక్రమేణా శరీరంలోని ముఖ్య అవయవాలు (కాలేయం, మూత్రపిండాలు మొదలగునవి) పనిచేయక వ్యాధి తీవ్రత పెరుగుతుంది.
- మందులు క్రమ పద్ధతిలో తీసుకోకపోతే, అనవసరపు ఖర్చు తప్ప రోగనివారణ ఉండదు.
- సొంత వైద్యం ఆరోగ్యానికి చేటు.

**Health is Wealth**



**VISWANADHA INSTITUTE OF  
PHARMACEUTICAL SCIENCES**

Mindivanipalem (V), Anandapuram (M), Visakhapatnam, A.P., India.

Cell: 9440895977, 9885560877, 9440028494

[www.vnips.edu.in](http://www.vnips.edu.in)

Released in the interest of Public Health