

TRATAR AS DISLIPIDEMIAS (GORDURA NO SANGUE)

ESTA FARMÁCIA CUIDA DE SI



COM A AJUDA DO SEU FARMACÊUTICO

É importante vigiar, com regularidade, além do colesterol e triglicéridos, outros factores de risco cardiovasculares, como o peso, a glicemia e a pressão arterial.

A Farmácia pode colaborar na vigilância destes parâmetros - Serviço CheckSaúde.

Se os valores não estiverem dentro dos valores recomendados, conte com o seu Farmacêutico para o ajudar e também para o esclarecer sobre o seu tratamento.



TRATAR AS DISLIPIDEMIAS (GORDURA NO SANGUE)

ESTA FARMÁCIA CUIDA DE SI

QUANDO FALAMOS
DE GORDURA
NO SANGUE PENSAMOS
EM RISCO DE DOENÇAS.
TRATAR DE FORMA
CORRECTA E COM
OS MEDICAMENTOS
ADEQUADOS
É DIMINUIR ESSE RISCO.



O QUE SÃO MEDICAMENTOS QUE REDUZEM OS LÍPIDOS (GORDURA NO SANGUE)?

São medicamentos que baixam o colesterol e os triglicéridos.

PORQUE PRECISO DE TOMAR MEDICAMENTOS PARA REDUZIR OS LÍPIDOS?

Para reduzir os valores de colesterol e triglicéridos e, simultaneamente, diminuir o risco cardiovascular.

Estes valores elevados não se sentem. No entanto, se não forem tratados, podem conduzir ao aparecimento de doenças, tais como o acidente vascular cerebral (AVC) ou o enfarte do miocárdio.

COMO DEVO TOMAR A MEDICAÇÃO?

Os comprimidos devem ser engolidos com um grande copo de água ou sumo.

Pergunte ao seu médico ou farmacêutico como deve tomar a sua medicação.

ATÉ QUANDO DEVO TOMAR A MEDICAÇÃO?

Estes medicamentos não “curam o colesterol” e se os deixar de tomar os seus valores voltarão a subir. Deve tomar os medicamentos durante toda a vida, ou conforme as instruções do seu médico.

QUE CUIDADOS DEVO TER COM OS MEDICAMENTOS QUE TOMO?

Se engravidar ou estiver a pensar em engravidar, consulte o seu médico.

Deve sempre ler o folheto informativo dos medicamentos que está a tomar.

QUE EFEITOS ADVERSOS PODEM APARECER E O QUE DEVO FAZER?

A lista destes efeitos que vai ler no folheto informativo é longa. Não se deixe alarmar, a maioria das pessoas não sente qualquer destes efeitos enquanto toma os medicamentos e é mais seguro tomá-los do que ter os valores de lípidos no sangue elevados.

COMO POSSO SABER SE OS MEDICAMENTOS ESTÃO A FAZER EFEITO?

Os medicamentos estão a fazer efeito se mantiverem os seus valores dentro dos que o médico lhe indicou.



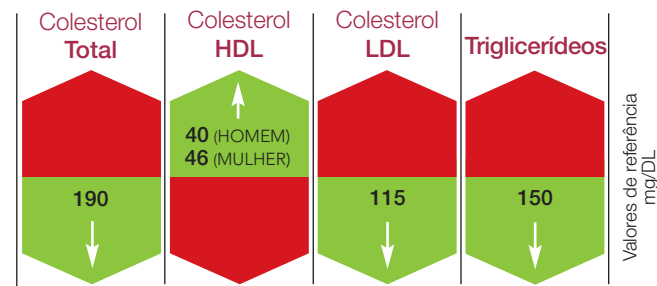
COM QUE FREQUÊNCIA DEVO CONTROLAR OS MEUS VALORES DE LÍPIDOS?

Se os seus valores se encontrarem dentro dos pretendidos, basta vigiá-los anualmente. Caso contrário, a farmácia e o seu médico acordarão consigo uma vigilância mais frequente, até aos seus valores voltarem aos desejáveis.

Lembre-se que para fazer o teste do colesterol não necessita de estar em jejum, mas para medir os triglicéridos tem que estar com 12 horas de jejum.

E O QUE DEVO FAZER COM OS RESULTADOS?

Os valores recomendados devem tender para a zona verde:



Se obter algum destes valores na zona vermelha, consulte o seu médico ou farmacêutico.

QUE MEDICAMENTOS NÃO DEVO TOMAR SEM FALAR PRIMEIRO COM O MEU MÉDICO OU FARMACÊUTICO?

Existem alguns medicamentos que podem alterar os valores de colesterol e triglicéridos.

Sempre que for adquirir um medicamento na farmácia, diga que tem os valores de gordura no sangue alterados e que faz medicação regularmente para os manter controlados.

PARA ALÉM DE TOMAR OS MEDICAMENTOS, QUE MAIS POSSO FAZER PARA CONTROLAR A DISLIPIDEMIA?

Existem várias coisas que pode fazer para ajudar a manter o seu colesterol e triglicéridos em níveis desejáveis:

- faça uma alimentação mais saudável
- pratique exercício físico regularmente
- deixe de fumar
- controle o seu peso
- meça a sua pressão arterial com frequência
- vigie o nível de açúcar no sangue (glicemia)

