

Tomar antidepresivos puede ayudar a reducir sus síntomas de depresión y aumentar su capacidad para participar en su vida. CBH anima a los médicos a que le hagan partícipe de las decisiones relativas a su medicamento y a que le informen sobre las razones que subyacen al uso de la misma, asegurándose de que se sienta cómodo con su cuidado. Controlar su propio medicamento es un paso esencial y fortalecedor en el cuidado de su salud mental. Además del medicamento, es importante que disponga de un sistema de apoyo para controlar su salud mental. La terapia, los especialistas certificados y el apoyo familiar son componentes cruciales de la recuperación y el control de los síntomas.

Lo que debe saber sobre su medicamento antidepresivo

- ➔ En algunos casos, el medicamento puede tardar entre seis y ocho semanas en disminuir significativamente los síntomas.
- ➔ Su medicamento puede requerir aumentos de dosis para ser totalmente eficaz.
- ➔ Si cree que el medicamento no le está funcionando o tiene alguna duda al respecto, póngase en contacto con su médico o farmacéutico.
- ➔ Hable siempre con su médico antes de dejar de tomar un medicamento; dejarlo repentinamente puede empeorar sus síntomas o provocar efectos secundarios molestos.

Asuma un papel activo en su cuidado. Estas son algunas preguntas que puede hacerle a su médico en su próxima visita. También puede utilizar los siguientes consejos para acordarse de tomar sus medicamentos con regularidad.

Haga las siguientes preguntas a su médico:	Formas de recordar tomar su medicamento
➔ ¿Por qué me recetan este medicamento?	➔ Ponga un recordatorio para reponer el medicamento.
➔ ¿Cómo me ayudará este medicamento?	➔ Guarde los medicamentos junto a la cama si los toma después de levantarse o antes de acostarse.
➔ ¿Cuánto tiempo tardará este medicamento en ayudarme?	➔ Pida ayuda. Pídale a un amigo o familiar que le recuerde tomar su medicamento.
➔ ¿Qué efectos secundarios puedo esperar de este medicamento?	➔ Pregunte a su farmacéutico por los envases unidos o utilice un pastillero para acordarse de tomar el medicamento.
➔ ¿Cómo sabré si este medicamento está funcionando?	➔ Lleve una lista de sus medicamentos, con notas sobre cómo y cuándo tomarlos, y un horario o tabla. Puede utilizar nuestra tarjeta de monedero .
➔ ¿Qué debo hacer si me salto una dosis?	➔ Utilice una aplicación en su teléfono, como Medisafe , para enviar recordatorios de notificación para tomar su medicamento.
➔ ¿Cómo debo guardar este medicamento?	➔ Establezca alarmas para las horas en que debe tomar el medicamento.
➔ ¿A qué hora del día debo tomar este medicamento?	➔ Hágalo parte de su rutina diaria. Tomando el medicamento inmediatamente después de un hábito, como cepillarse los dientes o preparar una comida.
➔ Si no puedo tragar una píldora, ¿puedo triturar el medicamento?	

Preocupaciones al tomar el medicamento antidepresivo

Formas de controlar sus preocupaciones

No me siento mejor después de tomar este medicamento durante varias semanas y me preocupa que no esté funcionando.

Por lo general, los antidepresivos deben tomarse con regularidad durante seis a ocho semanas antes de sentirse mejor. Puede ser necesario ajustar el medicamento o cambiarla por otro. Comente sus dudas con su médico.

Quiero dejar de tomar mi antidepresivo.

La interrupción brusca del medicamento puede provocar efectos secundarios molestos. Hable con su médico sobre la posibilidad de interrumpir o cambiar el medicamento por otro que le haga mejor.

No me gusta cómo me hace sentir este antidepresivo.

Cualquier medicamento puede tener efectos secundarios. Los efectos secundarios de los antidepresivos pueden incluir cambios en la energía, cambios en el sueño, sequedad de boca, más sudoración y náuseas. A menudo, los efectos secundarios desaparecen a medida que se acostumbra al medicamento. Hable con su médico sobre cualquier efecto secundario molesto que experimente mientras toma su antidepresivo.

No tengo acceso a transporte para recoger mis medicamentos en la farmacia.

CBH colabora con **Modivcare** para ayudarle a conseguir transporte a sus citas médicas y a la farmacia para recoger sus medicamentos. Para solicitar transporte, llame al 877-835-7412. Modivcare le llevará a una de las dos farmacias más cercanas a su domicilio. También puede ponerse en contacto con su farmacia o plan de salud (por ejemplo, Keystone First, Jefferson Health Plans) acerca de las opciones de entrega a domicilio.

No quiero que mis familiares sepan que estoy tomando medicamentos para la depresión.

Tiene derecho a mantener la privacidad de su historial de medicamentos. Hable con su farmacéutico sobre envases discretos para pastillas que no muestren su información personal. Si recibe el medicamento a domicilio, hable con su farmacia sobre el uso de envases discretos.

Tomar este antidepresivo me hace sentir peor.

Si sus síntomas de depresión empeoran o experimenta pensamientos o comportamientos suicidas, póngase en contacto con su médico inmediatamente. Puede llamar o enviar un mensaje de texto al 988 para hablar con un profesional capacitado si sufre una crisis de salud mental. Están disponibles 24 horas al día, 7 días a la semana.

Sitio web de CBH: Educación sobre Farmacia y Recursos para Miembros

Incluye tarjeta de bolsillo de medicamentos, guías, Guías informativas y otras herramientas y recursos para informarse sobre los medicamentos que pueden ser recetados y como usarlos correctamente.



SCAN ME!



Servicios para miembros de CBH
888.545.2600
cbhphilly.org

988

LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS

Estamos Aquí para escuchar y ayudar.

Profesionales compasivos y capacitados contestan todos los llamados las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Las personas que llamen recibirán asesoramiento, orientación, evaluación y derivaciones/transferencias cordiales a otros servicios según se indique.