

보관통을 이용한 약품 지속 관리



보관통을 통해 귀하가 매일 복용해야 하는 약품을 지속 관리하는데 도움을 받을 수 있습니다. 또한 이를 통해 귀하가 약품을 일정대로 복용하도록 도움을 받을 수 있습니다. 약품에 대한 도움이 필요한 경우 담당 의사 또는 약사와 상의하십시오. 아래에 보관통을 채우는 방법에 관한 단계가 나와 있습니다:

1 단계: 복용하는 모든 약품에 대한 목록 만들기

- 각 병에 있는 라벨을 확인하여 해당 약품을 복용하는 방법에 관한 지시 사항을 인쇄된 바와 같이 적으십시오.
- 약품 목록에는 귀하가 복용하는 모든 약품 뿐만 아니라 흡입기나 액체, 주입 가능 약품 등 보관통에 들어갈 수 없는 약품도 포함되어야 합니다.



2 단계: 보관통 채우기

- 보관통에 있는 모든 뚜껑을 개봉하십시오.
- 목록에 있는 첫 번째 약품부터 시작하여 일주일 동안 필요한 만큼 각 통을 채우십시오.
- 채우고 나면 해당 병을 닫고 아직 채우지 않는 병과 분리하십시오.
- 각 약품을 보관통에 넣은 다음, 모든 통을 체크하여 매일 정량의 약품이 들어있는지 확인하십시오.
- 보관통에 있는 모든 뚜껑을 닫으십시오.



3 단계: 필요 없거나 유효 기간이 만료된 약품을 안전하게 처리하기

- 처방에 변경 사항이 있을 경우 필요 없거나 유효 기간이 만료된 약품은 최대한 빨리 처리하십시오. 이는 약물 회수 프로그램(Drug Take Back Program)에 따라 해당 약품을 경찰서 또는 약국에 가져감으로써 처리할 수 있습니다. 가까운 위치는 회수 장소 위치 확인기(Collection Site Locator) www.dea.gov/takebackday에서 확인할 수 있습니다.



3 단계(계속): 필요 없거나 유효 기간이 만료된 약품을 안전하게 처리하기

- 약물 회수 프로그램을 이용할 수 없는 경우 귀하 가정의 안전을 지키기 위해 효과가 강한 진통제나 오피오이드는 변기에 흘려서 버리십시오. 흘려서 버릴 수 없는 약품은 커피 찌꺼기나 고양이 배설물용 점토 등 섭취할 수 없는 물질과 함께 섞어 가정 쓰레기에 넣어 버릴 수 있습니다.
- 약품 처리 방법과 흘려 버릴 수 있는 약품 종류에 관한 자세한 내용은 www.hhs.gov/opioids/prevention/safely-dispose-drugs/index.html 에서 확인할 수 있습니다.

예기치 못한 사태 예상

- 지진과 단전, 도로 폐쇄 등 본인이 통제할 수 없는 사태에 대비하십시오.
- 이러한 사태가 벌어지는 동안 귀하는 약국에 가지 못할 수 있습니다.
- 비상용 키트의 일부분으로 최소 일주일 치의 약품을 보관하십시오.



이 내용에 대해 질문이 있으시면, 아래 무료번호로 CalOptima Health 고객 서비스에 전화하십시오. 귀하의 언어로 도와드립니다. www.caloptima.org/healthandwellness 를 방문하거나 또는 건강 영상을 보시려면 QR 코드를 스캔하십시오. 메디-칼: 번호 1-888-587-8088 (TTY 711)로 월요일부터 금요일, 오전 8시부터 오후 5시 30분사이 전화. OneCare (HMO D-SNP), a Medicare Medi-Cal Plan: 1-877-412-2734 (TTY 711), 주 7일 24시간 운영.