

PRENDRE VOS MÉDICAMENTS



Après un AVC ou AIT (mini-AVC), votre risque de refaire un AVC augmente.



Votre médecin peut vous prescrire des médicaments pour aider à prévenir un autre AVC.



L'hypertension artérielle (haute pression), un taux élevé de cholestérol et le diabète non contrôlé figurent parmi les problèmes de santé qui augmentent votre risque de refaire un AVC.

Heureusement, vous pouvez diminuer votre risque d'AVC en apportant des changements à votre style de vie :



Arrêtez de fumer



Mangez sainement



Bougez

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE



- Prenez vos médicaments à la même heure tous les jours.
- Mettez en place un système de rappel : programmez une alarme, écrivez-vous une note de rappel ou demandez à un proche de vous le rappeler.
- Pensez à utiliser un pilulier ou un emballage-coque pour faciliter votre routine de prise de médicaments.



- Ayez toujours sur vous la liste de vos médicaments.
- Rappelez-vous d'y inclure les vitamines, les produits naturels et les médicaments en vente libre que vous prenez.



- Prenez tous vos médicaments, sauf si votre médecin vous dit d'arrêter.
- Comprenez pourquoi votre médecin vous a prescrit chaque médicament et à quoi vous attendre.
- Signalez tout effet secondaire à votre médecin ou à votre équipe de soins pour qu'ils puissent étudier d'autres options.
- Demandez un rendez-vous avec votre médecin avant de manquer de médicaments.



PARLEZ À VOTRE FOURNISSEUR DE SOINS SI VOUS AVEZ DES QUESTIONS OU DES DIFFICULTÉS À PRENDRE VOS MÉDICAMENTS.