

# Tomar Medicamentos

## Anticonvulsivos en Público



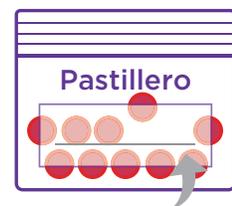
Las personas pueden decidir no compartir con los demás su diagnóstico de epilepsia o que necesitan tomar medicamentos anticonvulsivos. Puede que algunas personas no sepan cómo hablar con amigos, profesores o compañeros de trabajo sobre su epilepsia. Puede ser que por estas razones, decidan no tomar sus medicamentos anticonvulsivos.

No omita ninguna dosis de medicamento. Omitir una dosis puede traer grandes riesgos. En lugar de ello, trate de encontrar la manera de tomar sus medicamentos en privado y practique cómo decirles a los demás por qué necesita tomarlos. Comparta solo la información con la que se sienta cómodo..

### Cómo tomar su medicamento anticonvulsivo de forma menos pública

#### Cómo llevar su medicamento anticonvulsivo:

- Utilice un pastillero que se enganche a su llavero.
- Utilice un pequeño pastillero de plástico y llévelo en su cartera, su bolso o su mochila.
- Coloque etiquetas engomadas en los frascos de medicamentos o en los pastilleros: ¡personalícelos!



*Inserte su mensaje recordatorio*

#### Cómo tomar los medicamentos anticonvulsivos:

- Si está fuera o en casa de un amigo, vaya al baño a tomar su medicamento.
- Si está en la escuela, pida tomar el medicamento en el consultorio de la enfermera.



### Algunas ideas sobre lo que hay que decir cuando alguien pregunta: "¿Por qué tomas medicamentos?"

- "Tomo medicamentos porque tengo epilepsia. Los medicamentos me ayudan con mis crisis epilépticas".
- "Es privado".
- "El médico me ha recetado estos medicamentos".
- "La medicina ayuda a mi cerebro a mantenerse sano".
- "Epilepsia es como el asma; no es contagiosa. Pero necesito mi medicamento para mantenerme sano".
- Use esta oportunidad para ayudar a otros a aprender. Diga algo como: "Tengo epilepsia y 1 de cada 26 personas sufrirá epilepsia en el transcurso de su vida".



# Tomar Medicamentos

## Anticonvulsivos en Público

CONTINUACIÓN



Escriba lo que diría cuando alguien le pregunten: "¿Por qué tomas medicamentos?".

---

---

---

---

**Ahora practique su respuesta hasta que le parezca natural.**

\*Si necesita más ayuda porque se siente avergonzado debido a su epilepsia o la toma de medicamentos, hable con su médico o su enfermera.