i botika
Información ciudadana sobre medicamentos

Osakidetza
EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO
OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

www.osakidetza.euskadi.net/ibotika
Nº 15 • 2014

CÓMO USAR BIEN LOS COLIRIOS

1 Lávate bien las manos con agua y jabón y sécate.

2 Si lo indica el prospecto, agita el envase.

3 Inclina levemente la cabeza hacia atrás.

4 Con el dedo índice, baja el párpado inferior para formar un hueco.

5 Con la otra mano, coge el envase y, con la punta hacia abajo, colócalo lo más cerca posible del ojo, pero sin que llegue a tocarlo.

6 Mira hacia arriba y oprime suavemente el envase para que caiga una sola gota en el hueco formado por el párpado inferior.
Si caen más gotas, no suspendas ni retrases la siguiente aplicación.

7 Mantén el ojo abierto un instante, a continuación, ciérralo suavemente y...

8 ...coloca un dedo en el lagrimal, aplicando una suave presión, para evitar efectos fuera del ojo.

9 Cierra el envase y lávate de nuevo las manos.

¡Y mucho ojo!

Si...

... tienes que echarte **más de un colirio en el mismo momento**, espera 5 minutos entre ellos.

...usas lentillas. Algunos colirios pueden alterar y deteriorar las lentillas. Puedes comprobarlo:

- leyendo el prospecto
- preguntando a tu profesional sanitario
- consultando este enlace:
  http://goo.gl/PVpELg

... el colirio ha estado más de un mes abierto, llévalo a tu farmacia para desecharlo. Una idea: apunta siempre la fecha de apertura en la caja.

... te **coincide la aplicación de un colirio y una pomada**, comienza siempre por el colirio y espera al menos 5 minutos para aplicar la pomada.

¡Y no compartas los colirios con familiares o amigos!

Elaborado por: Iñigo Aizpurua, Alfonso Casi, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Alberto Gartzia, Olatz Ibarra, Itxasne Lekue, Mª José López, Carmela Mozo, Corpus Peral, Isabel Porras, Raquel Roca, Mª Teresa Santamarta, Juan Uriarte.

cevime
centro vasco de información de medicamentos
medikamentu informazioko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

La información aquí contenida tiene únicamente finalidad informativa y en ningún caso sustituye las recomendaciones de tu profesional sanitario.
Queda totalmente prohibido el uso de este documento con fines promocionales.

ISSN: 2255-3185

botika
Medikamentuei buruzko herritarrentzako informazioa
www.osakidetza.euskadi.net/ibotika
2014 • 15 zk.
Osakidetza
EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO
OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

KOLIRIOAK BEHAR BEZALA NOLA ERABILI

1. Garbitu ondo eskuak ur eta xaboiez, eta lehortu.
2. Astindu ontzia, erabilera-orriak hala badio.
3. Bota burua atzera.
4. Hatz erakusleaz, egin tira beheko betazalari hutsarte bat sor dadin.

5. Heldu ontziari beste eskuarekin; jarri punta behera begira duela begitik ahalik eta gertuen baina begia ukitu gabe.
6. Begiratu gorantz, eta estutu pixka bat ontzia tanta bakar bat eror dadin beheko betazalean sortu den hutsartera.

Tanta gehiago erortzen bazaizkizu, lasai, ez eten eta ez atzeratu hurrengo emanaldia.

7. Utzi begia irekita une batez, eta itxi, gero, leunki;

8. ...jarri hatz bat begi-txokoan, eta estutu pixka batean, begitik kanpoko ondoriorik izan ez dadin.

9. Itxi ontzia, eta garbitu berriz eskuak.

Eta argi ibili!

Baldin eta...

... aldi berean kolirio bat baino gehiago erabili behar baduzu; utzi 5 minutuko tartea batetik bestera.

...lentillak erabiltzen badituzu. Kolirio batzuk hondatu egin ditzakete. Hori horrela den jakiteko:

- irakurri erabilera-orria
- galdetu zure medikuari
- kontsultatu esteka hau: http://goo.gl/PVpELg

... kolirioa ireki zenuela hilabete baino gehiago igaro bada; eraman zure farmaziara; han jasoko dute hondakinetarako. Gomendio bat: ohitu kaxa zein egunetan zabaldu duzun bertan idazten.

...aldi berean kolirio bat eta pomada bat eman behar badituzu. Hasi, beti, kolirioa ematen, eta itxaron, gutxienez, 5 minutu pomada emateko.

Eta kontuan izan kolirio bera ezin duela etxeko beste inork erabili!

Egileak: Iñigo Aizpurua, Alfonso Casi, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Alberto Gartzia, Olatz Ibarra, Itxasne Lekue, Mª José López, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Mª Teresa Santamarta, Juan Uriarte.

cevime
centro vasco de información de medicamentos
medikamentu informazioko euskal zentroa
Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Hemen bildu den informazioaren helburu bakarra, hain zuzen ere, informazioa ematea da, eta ez zure osasun-profesionalak eman dizkizun gomendioak ordezkatzea. Erabat debekaturik dago dokumentu hau promozio helburuetarako erabiltzea.

ISSN: 2255-3177