



# Tarjetas recordatorio de medicamentos

Medicines Reminder Cards Spanish

1. Tomar las pastillas del pastillero los días y a las horas correctos
2. Me tomo las pastillas con el desayuno
3. Tomar las pastillas antes del desayuno
4. Los \_\_\_\_\_ tomar la pastilla semanal para unos huesos sanos 1/2 hora antes del desayuno y permanecer erguido
5. Tengo que tomar las pastillas al mediodía
6. Tengo que tomar las pastillas a la hora del almuerzo
7. Tengo que tomar las pastillas una hora antes del almuerzo
8. Tomar las pastillas a las 6 p.m.
9. Tomar las pastillas a la hora de la cena
10. Tomar las pastillas a la hora de acostarme
11. Acordarme de tomar las pastillas a las 9 p.m.
12. Aplicar la crema \_\_\_\_\_ tal y como me han enseñado
13. Tomar los antibióticos a las \_\_\_\_\_ para tratar la infección
14. Tengo que comer un refrigerio antes de acostarme
15. Ponerme \_\_\_\_\_ las gotas en el ojo izquierdo/derecho
16. Ponerme las gotas en los dos ojos a las \_\_\_\_\_
17. Ponerme crema en la piel reseca después de la ducha
18. Comprobar el nivel de azúcar en sangre antes de administrarme la insulina \_\_\_\_\_
19. Uso el inhalador a las \_\_\_\_\_
20. Debo tomar \_\_\_\_\_ si tengo dolor y esperar de 4 a 6 horas antes de tomar más

Compruebe qué día de la semana es consultando el calendario, el periódico o a un familiar.

Tomar las pastillas del pastillero los días y a las horas correctos







# Me tomo las pastillas con el desayuno





# Tomar las pastillas antes del desayuno







On \_\_\_\_\_ I take my weekly  
tablet for healthy bones 1/2 an hour  
before breakfast and stay upright



1/2 hora





Tengo que  
tomar las  
pastillas al  
mediodía





Tengo que  
tomar las  
pastillas  
a la hora del  
almuerzo







# Tengo que tomar las pastillas una hora antes del almuerzo



una hora





Tomar las  
pastillas a las  
6 p.m.







# Tomar las pastillas a la hora de la cena





# Tomar las pastillas a la hora de acostarme





Acordarme de  
tomar las  
pastillas a las  
9 p.m.







Aplicarme la  
crema en

---

tal y como me  
han enseñado





Tomar los  
antibióticos a  
las

---

para tratar la  
infección





Tengo que  
comer un  
refrigerio  
antes de  
acostarme







Ponerme \_\_\_\_\_  
las gotas  
en el ojo  
izquierdo/  
derecho





Ponerme las  
gotas en los dos  
ojos a las

---

---







Ponerme crema  
en la piel reseca  
después de  
la ducha







Comprobar el  
nivel de azúcar  
en sangre antes  
de administrarme  
la insulina





# Uso el inhalador a las

---





# Debo tomar

---

si tengo dolor y  
esperar de 4 a 6  
horas antes de  
tomar más



