RECEITUÁRIO SIMPLES

Nome: _____

USO ORAL:

1. Paracetamol 500 mg ---------- 20 comprimidos
Tomar de 500 a 1.000 mg VO até 6/6h. Alívio sintomático das crises.
1. Dipirona 500 mg ---------- 20 comprimidos
Tomar 500 a 1.000 mg VO até 6/6h se dor

2. Ibuprofeno 600 mg ---------- 21 comprimidos
Tomar 400 a 600 mg de 8 em 8 horas por até 7 dias.
2. Naproxeno 500 mg ---------- 10 comprimidos
Tomar 500 mg de 12 em 12 horas por até 5 dias

3. Ciclobenzaprina 10 mg ---------- 5 comprimidos
5 a 10 mg VO à noite, curto prazo (se contratura; atenção à sonolência no idoso).

Instruções ao paciente:
Faça os exercícios de fortalecimento e alongamento do pescoço orientados — são o tratamento principal.
Cuide da postura e faça pausas (celular, computador); use calor local por ~15 min para aliviar.
Evite tomar analgésico com muita frequência.

SINAIS DE ALERTA — RETORNAR SE:
Dor de cabeça súbita e muito forte, ou após um trauma no pescoço (suspeita de dissecção arterial — não manipular o pescoço).
Febre com rigidez de nuca.
Perda de força, alteração da fala ou da visão.
Dor que piora progressivamente ou muda de padrão.

_____ / _____ / _____ _____

Data Carimbo e assinatura