

Herinneringskaart

U heeft 200 mg emtricitabine / 245 mg tenofoviridisoproxil filmomhulde tabletten als PrEP voorgeschreven gekregen. Voor een goede werking, is het belangrijk dat u geen dosis mist. De aanbevolen dosis is één tablet elke dag. Neem dit middel precies in zoals uw arts u dat heeft verteld.

Dit middel moet indien mogelijk met voedsel worden ingenomen.

Om u te helpen herinneren dit middel in te nemen:

- Kunt u het innemen van dit middel onderdeel maken van uw routine, bijvoorbeeld innemen tijdens de lunch, of als u uw tanden poetst na het ontbijt. Het is belangrijk een tijdstip te vinden dat u het beste uitkomt.
- Als u al een agenda op uw telefoon, PC of tablet gebruikt, kunt u daar een dagelijkse herinnering in zetten.
- U kunt ook een kleine pillendoos gebruiken voor iedere dag van de week en daarin elke week de benodigde tabletten stoppen.
- Wellicht vindt u het ook handig de kalender te gebruiken om elke dag aan te tekenen dat u dit middel heeft ingenomen. Begin in uw eerste week, teken de dag aan dat u begint en teken daarna elke dag het juiste hokje af nadat u dit middel heeft ingenomen. U kunt ook de dag noteren waarop u uw eerste tablet van een nieuwe tablettencontainer heeft ingenomen. Als u er niet zeker van bent of u de tablet heeft ingenomen, kunt u het aantal tabletten tellen dat nog in de tablettencontainer zit (elke nieuwe tablettencontainer bevat 30 tabletten).

Begin hier



| | Zo | Ma | Di | Wo | Do | Vr | Za |
|--------|----|----|----|----|----|----|----|
| Week 1 | | | | | | | |
| Week 2 | | | | | | | |
| Week 3 | | | | | | | |
| Week 4 | | | | | | | |
| Week 5 | | | | | | | |
| Week 6 | | | | | | | |

DATUM WAAROP U DE EERSTE TABLET UIT EEN NIEUWE TABLETTENCONTAINER INNAM (DAG/MAAND/JAAR): ____ / ____ / ____

Herinnering afspraak

Uw volgende afspraak met uw zorgverlener is op:

Afspraak:

Datum:

Tijd:

Plaats: