

# Podsjetnik za uzimanje lijeka za PrEP

Propisan Vam je emtricitabin/tenofovir za PrEP (predekspozicijsku profilaksu). Kako bi lijek djelovao, važno je da ne propuštate doze. Preporučena doza je jedna tableta svaki dan. Lijek uzimate točno onako kako Vam je rekao Vaš liječnik.

Kad god je to moguće, lijek treba uzimati s hranom.

Kako ne biste zaboravili uzeti lijek:

- Možete ga učiniti dijelom svoje rutine. Uzimate ga primjerice uz ručak ili kad perete zube nakon doručka. Važno je da nađete vrijeme koje Vam najbolje odgovara.
- Možete dodati podsjetnik na svoj mobilni telefon ili neki drugi uređaj kako bi Vas svaki dan podsjetio kada trebate uzeti lijek.
- Također možete upotrebljavati i malu kutijicu za lijekove u koju raspoređujete tablete za svaki tjedan.
- Kad uzmete lijek, možete to označiti na kalendaru. Počevši od prvog tjedna, označite dan na koji ste počeli uzimati emtricitabin/tenofovir a zatim svaki dan nakon što uzmete lijek stavite oznaku na odgovarajući dan. Možete i zabilježiti datum kada ste uzeli prvu tabletu emtricitabin/tenofovira iz nove bočice. Ako niste sigurni jeste li uzeli tabletu, možete izbrojiti tablete preostale u bočici (svaka bočica sadrži 30 tableta).

	Ned	Pon	Uto	Sri	Čet	Pet	Sub
1. tjedan							
2. tjedan							
3. tjedan							
4. tjedan							
5. tjedan							
6. tjedan							

Datum na koji ste uzeli prvu tabletu lijeka iz nove bočice:

\_\_\_\_\_ dan \_\_\_\_\_ mjesec \_\_\_\_\_ godina

Ako se na svom telefonu ili računaru koristite kalendarom, možete dodati podsjetnik za lijek

# Podsjetnik na posjete

<b>Posjet</b>	<b>Datum</b>	<b>Vrijeme</b>	<b>Lokacija</b>

