

Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva som PrEP - Påminnelseskort


Du har fått forskrevet Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva som pre-eksponeringsprofylakse (PrEP) for å hjelpe med å redusere risikoen for å få hiv-1-infeksjon. For at dette legemidlet skal virke effektivt er det viktig at du ikke hopper over doser. Den anbefalte dosen er én Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva-tablett hver dag.

Ta Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva nøyaktig slik legen din har fortalt deg.

Når det er mulig, bør Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva tas samtidig med mat.

For å hjelpe deg med å huske å ta Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva:

- Det er gunstig å gjøre inntak av Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva til en del av dine rutiner, for eksempel å ta det sammen med lunsjen, eller når du pusser tennene etter frokost. Det er viktig å finne et tidspunkt som passer for deg.
- Det kan være gunstig å legge til en påminnelse på mobiltelefonen din eller en annen enhet som kan varsle deg når det er tid for å ta Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva hver dag.
- Det kan være gunstig å bruke en dosett eller liten eske for hver uke og fylle i nødvendig antall tabletter hver uke.
- Det kan også være nyttig å bruke kalenderen til å krysse av hver dag etter at du har tatt Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva. Kryss av dagen når du starter med Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva fra din første uke, og kryss deretter av i de aktuelle rutene hver dag etter at du har tatt legemidlet. Du kan også notere datoen da du tok første Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva-tablett fra en ny pakning. Dersom du ikke er sikker på om du har tatt tablett, kan du telle antall tabletter som er igjen (hver ny pakning inneholder 30 tabletter).

	Man	Tirs	Ons	Tors	Fre	Lør	Søn
 Uke 1							
Uke 2							
Uke 3							
Uke 4							
Uke 5							
Uke 6							

Dato da du tok første Emtricitabine/Tenofovir disoproxil Zentiva-tablett fra en ny pakning:
(DD/MM/ÅÅ): ____/____/____

Påminnelse om legetime

Din neste legetime er:

Legetime	Dato	Tid	Sted