

HUSK MEDICINEN

Apotekets huskehæfte*

■ Placering

Du kan placere din medicin et sted, hvor du bliver mindet om at tage den (ved kaffemaskinen, ved sengen, etc.).

■ Rutiner i dagligdagen

Du kan tage din medicin i forbindelse med en daglig begivenhed (måltid, tandbørstning, sengetid etc.)

■ Kalender

Du kan bruge kalenderfunktionen på din computer eller mobiltelefon til at minde dig om, at du skal forny en recept.

■ SMS-service

En SMS er en håndterbar løsning, da de fleste har mobiltelefonen ved hånden.

Du bliver mindet om at tage din medicin. Du kan eventuelt benytte apotekets SMS-service.

Hør mere på apoteket, eller klik ind på apoteket.dk.

■ Doseringsæske

Æskerne fås til en dag eller til en uge, og du pakker dem selv. Det forudsætter, at du husker det, og at du selv kan fylde medicinen i eller kender en, der kan gøre det for dig.

Doseringsæsken giver et godt overblik og er særligt god til dig, der er i tvivl, om du har husket at tage medicinen.

■ Alarmer

Du kan bruge alarmfunktionen på din mobiltelefon eller et ur med alarmfunktion til at minde om, at det er tid til at tage din medicin. Du kan også få en særlig tabletbeholder, der bipper, når medicinen skal tages.

■ Dosispakket medicin

Apoteket pakker din medicin i pakker til hvert indtagelsestidspunkt og i den rækkefølge, som medicinen skal tages. Det er en fordel for dig, som har svært ved at holde styr på din medicin og for dig, som har svært ved at huske, om du har taget en dosis. Bemærk, at ikke alle lægemidler kan dosispakkes. Dosispakket medicin er bedst ved stabil medicinering.

*<http://www.apoteket.dk/~media/Brochure/huskehaefte/Huskehaefte.ashx>