

Moj dnevnik jemanja zdravil



Za vaše zdravje gre.

Spoštovani uporabnik zdravil.

Pred seboj imate Moj dnevnik jemanja zdravil, pripomoček, ki vam bo dnevno pomagal natančno in pregledno voditi zdravljenje s predpisanimi zdravili in tako zdravstvenemu osebjemu omogočal ustrezno ravnanje, ko izid zdravljenja ni v skladu s pričakovanji. Uporabo Mojega dnevnika jemanja zdravil priporoča tako vaš zdravnik kot tudi farmacevt, saj lahko z rednim vodenjem dnevnika občutno povečate uspeh zdravljenja. Dnevnik je smiselna dopolnitev Mojega seznama zdravil, zato priporočamo sočasno uporabo obeh pripomočkov.

Kako uporabljam Moj dnevnik jemanja zdravil?

Razgrnite obrazec in na zadnji strani boste našli tabelo, kamor vpišete vsa zdravila, ki ste jih dobili v lekarni na podlagi zdravniškega recepta ali ste jih kupili v prosti prodaji. Tabela je razdeljena v 4 tedne, tako da so poimenovani posamezni dnevi.

Najprej zgoraj vpišite ime in priimek ter obdobje zdravljenja. Nato v skrajno levi stolpec vpišite imena VSEH zdravil, ki jih jemljete. Imena lahko prepisete iz škatlice zdravila. Ker se na vašo kartico zdravstvenega zavarovanja samodejno zapisujejo tudi vsa zdravila, ki

so vam bila v zadnjem obdobju izdana na recept v lekarni v breme obveznega zdravstvenega zavarovanja, lahko za izpis teh podatkov z vaše kartice zaprosite tudi vašega zdravnika. V rubriko režim jemanja vpišite podatek, kako pogosto jemljete zdravilo: npr. »1x dnevno«, »na 8 ur« ipd. To informacijo vam posreduje zdravnik ali farmacevt. Za bolj natančen vpogled v potek jemanja zdravil lahko v seznam vpišete tudi uro, ko ste zdravilo dejansko vzeli.

V prazna polja pod dnevi v tednu, vpišite znake, ki vam bodo jasno sporočali, ali ste zdravilo vzeli in ali ste pri tem imeli kakšne težave. Predlagamo naslednje znake:

- ✓ (kljukica) pomeni, da je bilo zdravilo vzeto skladno z navodili;
- - (minus) pomeni, da zdravilo ni bilo vzeto;
- ○ (krogec) pomeni, da je bil ob jemanju kak zaplet (npr. zdravilo je bilo vzeto kasneje kot predvideno ipd.).

Če imate težave z izpolnjevanjem rubrik, za pomoč prosite svojce, prijatelje, vašega zdravnika ali farmacevta. Pazite! Če vam zdravnik nadomesti eno zdravilo z drugim, napišite novo zdravilo v novo vrstico in nadaljujte z vpisovanjem jemanja zdravila na tisti dan, ko je prišlo do zamenjave. Poleg lahko zapišete tudi datum spremembe zdravila.