



# 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 helpen te herinneren dit middel in te nemen:

- Kunt u het innemen van Truvada 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 nodige 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 fles 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 fles zit (elke nieuwe fles 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 FLES INNAM**

**(DAG/MAAND/JAAR):** \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



# HERINNERING AFSPRAAK

Uw volgende afspraak met uw zorgverlener is op:

Afspraak

Datum

Tijd

Plaats