

Cand se face un tratament antiretroviral e foarte important a nu uita luarea dozelor la vremea potrivita ,pentru ca poate sa duca la esuarea tratamentului.A urma un jurnal de luarea tratamentului ,ca si cel ce iti propunem, poate sa fie util pentru a se obisnui; mai ales daca incepem un nou tratament.

Incearca sa ai mereu informatia scrisa asupra tratamentului tau,referitor la cum si cand trebuie urmat.

Pentru folosirea jurnalului de luare al tratamentului, scrie numele fiecarui medicament din combinatia ta in casuta corespunzatoare (foloses-te o foaie aparte daca iei mai mult de patru medicamente).Marcheaza casuta dupa ce ti-ai luat doza. Aceasta foaie iti permite inregistrarea de trei doze zilnice. Daca combinatia ta are o dozificare mai mica,ar fi o buna idee poate,sa tai cu o linie coloana ce no vei folosi pentru a evita confuzii.

Data de azi	Numele medicamentului			Numele medicamentului			Numele medicamentului			Numele medicamentului		
	doza 1	doza 2	doza 3	doza 1	doza 2	doza 3	doza 1	doza 2	doza 3	doza 1	doza 2	doza 3
Luni												
Marti												
Miercuri												
Joi												
Vineri												
Sambata												
Duminica												
Luni												
Marti												
Miercuri												
Joi												
Vineri												
Sambata												
Duminica												
Luni												
Marti												
Miercuri												
Joi												
Vineri												
Sambata												
Duminica												

NOTE: