

PLAN Y REVISIÓN DE TOMAS

Plan de tomas

La primera tabla está pensada para que planifiques el horario de tu tratamiento con tu médic@ o personal sanitario. Puedes utilizar un sombreado para indicar cuándo debes evitar comer en caso de que en tu régimen se incluya indinavir sin ritonavir o ddl, y marcar las horas de las comidas para aquellos medicamentos que han de acompañarse con algún alimento como nelfinavir, ritonavir, saquinavir y lopinavir/r (Kaletra®). También puedes anotar el número de pastillas o cápsulas de cada uno de los medicamentos.

Nombre del medicamento	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3

Revisión de tomas

Una vez hayas diseñado arriba el horario del tratamiento, la siguiente tabla te puede ser útil para llevar un registro de cada toma después de ingerirla. Escribe el nombre del medicamento y la hora a la que debe tomarse en cada uno de los recuadros superiores. En los cuadros inferiores podemos señalar que se ha tomado el medicamento y escribir la hora real en la que se ha hecho. Puedes realizar una copia para utilizarla en semanas posteriores o por si tu tratamiento requiere casillas adicionales. Esta tabla de revisión te ayudará a saber cómo llevas tu tratamiento y puede servir de guía en tu próxima visita médica.

Fecha de la semana: _____

Anota aquí los nombres y horarios de la tabla de arriba	Nombre del medicamento + hora de la toma (Día)			Nombre del medicamento + hora de la toma (Noche)		
Lunes						
Martes						
Miércoles						
Jueves						
Viernes						
Sábado						
Domingo						

Marca cada toma y escribe la hora real en la que la has tomado

