

Infovihtal #04-2006 年夏-相关的劝告

相关的劝告

一个经常的疏忽是遗漏抗艾滋病病毒药物的使用的常见的原因，这样会导致药效的丧失。如果你忘记使用药物，不要对你自己太残忍，而是要尝试去学习这些经验。如果经常忘记使用你的剂量，那么，把这个跟你的医生说，有可能他会计划编制个更简单的时间表，或者更换一个更适宜的配方。

保持一个作息时间表

当你开始一个新的配方，会出现某些疑问。比如，使用什么药片和什么类型的食品应该是可消费的并/或哪些是不可以的。为了避免这些，你的医生或药剂师可以根据你的药方给你一个书面的每日作息时间表，在那上面允许你在使用药物之后记录剂量。有些药剂师提供易粘的标签，为了能把它们粘在装有你的药品的并且可以很简单地识别它们的药盒上。

记住吃药

形成一个常规是很好的，它来帮助你养成一个准确使用药物剂量的习惯。可以做一个每日的表格并且在每次已使用的剂量上作标记或者把每天的剂量分开并且在晚上核对是否忘记了某些药物的使用。

如果你感觉很难去记住吃药的时间，一个定时报警钟可以是有用的。在市场上也存在某种用一个通知器或警报器装置的药盒，如果你在不同时间使用不同药物，这种药盒是很值得推荐的。

药片的保存

保证你的药盒是充分大的并且已经和你的药剂师检查过在药物的原包装盒外保存你的药品，你的药盒是更合适的。

如果没有适当的保存，有些药片是可以毁坏的。比如装入 indinavir (Crixivan)的容器里面含有小的干燥药片，使药片在最上等的条件下保存。也可能用任何小的密封的瓶子来保藏。

有些人在经常去的不同的地方保存药物的剂量并且与可能使用药物的时间取得一致。这些地方可能是朋友的家、亲戚的家、包装袋、车里、等等。保证你的药品保藏在儿童涉及的范围之外，并且记住温度的极端差异会损坏药物。

战胜困难

对某些人来说，治疗的继续可能会是一个问题，这些是由药片的大小、形状、及结构所造成的。总有向卫生部门的人或你的医生解释这些问题的选择。他们可能会对你开出另外的一种现有的可用的药方，例如，用一种可能容易咽下的液体药品或粉状药品来替换药片。

使用药片捣碎机可能会使药片更容易咽下，可以从你的艾滋病毒药剂师那儿获得它，他们可以对药片捣碎机是否适应于你正在使用的药物上，给你一个忠告。药片捣碎机在小瓶子里可找到，并且有如下的操作程序；把药片放入瓶内，然后旋转瓶盖，药片将会是被捣碎的并且以粉状的形式进入瓶内。