meten is weten

medicatie overzicht

datum

Maak een overzicht van de medicijnen die je gebruikt en wanneer je ze in moet nemen. De apotheker kan je hierbij helpen. Vraag aan de apotheker een uitdraai van jouw medicijnen. Print het onderstaande overzicht uit. Vul in. Zet een kruisje hoe vaak en hoe laat je de medicijnen moet nemen. Bewaar het bijvoorbeeld in je portemonnee zodat je altijd een medicatie overzicht bij je hebt.

medicijn	dosis		8:00	12:00	17:00	22:00