

# أخذ أدويةك كما هو موصوف



عندما لا يتم تناول الأدوية على النحو الموصوف ، يكون هناك خطر أكبر لسوء النتائج الصحية وانخفاض جودة الحياة. اتبع روتين العلاج الخاص بك وفقاً لتعليمات طبيبك لمساعدتك على البقاء بصحة جيدة. تتمثل إحدى طرق المساعدة في سؤال طبيبك عن الحصول على إمدادات لمدة 90 يوماً من الأدوية الموصوفة لك.

## فوائد الحصول على إمداد لمدة 90 يوم:

- الذهاب إلى الصيدلية مرات أقل
- انخفاض فرص عدم اخذ جرعات من الأدوية الخاصة بك

## مزيد من النصائح حول كيفية إدارة أدويةك:

- اطلب من الصيدلي الخاص بك المساعدة للحصول على جميع أدويةك في نفس الوقت
- املاً أدويةك قبل نفاذ أيام قليلة
- اشترك في إعادة التعبئة التلقائية في الصيدلية الخاصة بك
- قم بالتسجيل للحصول على التنبيهات النصية للتذكير بإعادة التعبئة من الصيدلية الخاصة بك إذا استطعت
- استخدم 1 صيدلية لملء أدويةك حتى يكون لديها سجل كامل
- احتفظ بأدويةك في مكان آمن يسهل رؤيته وسيساعدك على تذكر تناولها
- اضبط منبهًا أو استخدم تقويمًا أو ضع ملاحظة تذكيرية في مكان تراه يوميًا
- تناول أدويةك مع الأنشطة التي تقوم بها كل يوم
- تنظيم الأدوية الخاصة بك في علبة حبوب الأدوية

يجب على طبيبك أو الصيدلي مراجعة الأدوية الخاصة بك مرة واحدة على الأقل في السنة. في بعض الحالات، قد تحتاج أدويةك إلى المراجعة بشكل متكرر. أخبر طبيبك أو الصيدلي إذا كان لديك أي آثار جانبية أو تحفظات بشأن أدويةك. إذا كانت لديك أسئلة، فاتصل بخدمة عملاء OneCare على الرقم المجاني (TTY 711) 1-877-412-2734، على مدار 24 ساعة في اليوم و 7 أيام في الأسبوع. لدينا طاقم يتحدث لغتك. تفضل بزيارتنا على [www.caloptima.org/OneCare](http://www.caloptima.org/OneCare).

