

CONSEJOS PARA TOMAR SIEMPRE Y A TIEMPO LOS MEDICAMENTOS CONTRA EL VIH

UN DÍA DOS AMIGOS SE ENCUENTRAN EN UNA CAFETERÍA...

HOLA MARCOS, EL MÉDICO ME DICE QUE DEBO HACER ALGO PARA CEÑIRME A MI RÉGIMEN PARA EL VIH. ¿CÓMO LO HACES?

¿USAS UN PASTILLERO?



A MÍ ME AYUDA A LLEVAR UN REGISTRO DEL MEDICAMENTO QUE DEBO TOMAR ESE DÍA.



¡SÍ, USO UN PASTILLERO, PERO IGUAL TENGO PROBLEMAS PARA ACORDARME DE TOMAR LOS MEDICAMENTOS CONTRA EL VIH.



¡BUENO, HAY OTRAS COSAS QUE PODRÍAS PROBAR!



MANTÉN LOS MEDICAMENTOS DONDE LOS VEAS, PERO FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.



TOME LOS MEDICAMENTOS COMO PARTE DE SU RUTINA DIARIA. POR EJEMPLO, TÓMELOS DESPUÉS DE CEPILLARSE LOS DIENTES CADA MAÑANA.



NO DEJES QUE SE TE ACABEN LOS MEDICAMENTOS. VUELVE A SURTIR LA RECETA CUANDO TE QUEDEN POCOS.



PON UN RECORDATORIO EN TU TELEFONO. YO USO LA APLICACIÓN DE MEDICAMENTOS DE **infoSIDA**.



PÍDELE A UN FAMILIAR O AMIGO QUE TE LO RECUERDE.

HOLA, ¿YA TE TOMASTE LOS MEDICAMENTOS HOY?



ESO FUNCIONA CUANDO ESTOY EN CASA, PERO ¿QUÉ PASA CUANDO TENGO QUE TRABAJAR HASTA TARDE O CAMBIA MI HORARIO?



MANTÉN UNA RESERVA DE LOS MEDICAMENTOS EN LA MALETA O EN EL TRABAJO, PARA QUE PUEDES TOMÁRTELOS DONDEQUIERA QUE ESTÉS.

Y CUANDO VIAJES, LLEVA MÁS MEDICAMENTOS DE LOS QUE CREES QUE NECESITARÁS EN CASO DE QUE CAMBIEN LOS PLANES.



ACUÉRDATE DE IR A TODAS LAS CONSULTAS MÉDICAS.

SI REALMENTE TIENES DIFICULTAD, EL MÉDICO PUEDE DARTTE MÁS CONSEJOS SOBRE CÓMO CEÑIRTE A TU RÉGIMEN PARA EL VIH. ¡SIMPLEMENTE PREGUNTA!

PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE CÓMO CEÑIRTE AL TRATAMIENTO, VÉ A **infoSIDA**.

