



İlaçlarımla seyahat

Yola çıkmadan bir hafta önce ve bir de önceki gece işaretleyin.

Varış yeri

Gidiş-dönüş tarihleri

Bir hafta önce

- ☐ Her ilaçtan kaç günlük gerektiğini sayın
- ☐ Gecikmeler için fazladan gerekip gerekmediğini eczaneye sorun
- ☐ Saat dilimi değişiklikleri hakkında eczacıma sorun
- ☐ İlaç listemi yazdırın
- ☐ Varış yerinin kurallarını kontrol edin

Paketlerken

- ☐ İlaçlar orijinal ambalajında
- ☐ Her şey el bagajımda
- ☐ Listemin bir kopyası ikinci bir çantada
- ☐ İlaç kutusu veya çizelge
- ☐ Telefon şarj cihazı ve hatırlatmalar açık

Ne kadar almalı

İlaç	Günlük	Kaç gün	Artı yedek	Toplam	Paketlendi
					☐
					☐
					☐
					☐
					☐
					☐

