



Đi xa với thuốc của tôi

Đánh dấu một tuần trước khi đi, và một lần nữa vào tối hôm trước.

Nơi đến

Ngày đi xa

Một tuần trước

- ☐ Đếm xem tôi cần bao nhiêu ngày thuốc cho mỗi loại
- ☐ Hỏi nhà thuốc xem tôi có cần thêm phòng khi bị trễ không
- ☐ Hỏi dược sĩ về việc đổi múi giờ
- ☐ In danh sách thuốc của tôi
- ☐ Kiểm tra quy định ở nơi tôi đến

Khi tôi đóng gói

- ☐ Thuốc trong bao bì gốc
- ☐ Mọi thứ trong hành lý xách tay
- ☐ Một bản danh sách trong túi thứ hai
- ☐ Hộp chia thuốc hoặc bảng uống thuốc
- ☐ Sạc điện thoại và đã bật lời nhắc

Cần mang bao nhiêu

Thuốc	Mỗi ngày	Số ngày đi xa	Cộng dự phòng	Tổng	Đã đóng gói
					☐
					☐
					☐
					☐
					☐
					☐

