

# Làm Cách Nào Để Sắp Xếp Thuốc Của Quý Vị Bằng Việc Sử Dụng Hộp Đựng Thuốc

Sử dụng một hộp đựng thuốc có thể giúp quý vị kiểm soát loại thuốc nào quý vị cần dùng mỗi ngày. Việc này cũng có thể giúp quý vị luôn uống thuốc đúng lúc. Dưới đây là một số bước về cách cho thuốc vào hộp thuốc của quý vị:

## Lấy tất cả các viên thuốc ra và viết một danh sách.

- Đọc nhãn hiệu trên từng lọ thuốc và viết xuống các hướng dẫn về cách sử dụng thuốc giống như những gì được in.
- Đưa những thuốc mà quý vị không còn sử dụng nữa cho dược sĩ để chúng được vứt đi đúng cách. Không được vất chúng đi hoặc xả xuống ống cống.
- Nếu quý vị có sự thay đổi trong toa thuốc của mình, quý vị nên vứt bỏ tất cả thuốc đã cũ và hết hạn đi đúng cách.



## Cách Cho Thuốc Vào Hộp Thuốc Của Quý Vị

- Mở tất cả các nắp trên hộp thuốc của quý vị ra.
- Bắt đầu với loại thuốc đầu tiên trong danh sách của quý vị và cho thuốc vào từng ngăn cần thiết cho đến hết tuần.
- Khi làm xong, đóng lọ thuốc lại và để chúng ra khỏi những lọ chưa được làm.
- Sau khi bỏ mỗi viên thuốc vào hộp đựng thuốc, kiểm tra tất cả các ngăn để chắc chắn mỗi ngày có đúng số lượng thuốc quý vị cần phải uống.

## Có Những Việc Ngoài Ý Muốn

- Chuẩn bị cho những việc có thể xảy ra ngoài sự kiểm soát của quý vị như là: động đất, mất điện và đóng đường. Trong thời gian xảy ra những sự việc đó, quý vị có thể không đến được nhà thuốc.
- Giữ ít nhất số thuốc đủ dùng cho một tuần như một phần trong hộp đồ cấp cứu của quý vị.

## Danh Sách Thuốc Mẫu

Thuốc Của Tôi	Sáng	Trưa	Chiều	Tối/Giờ Đi Ngủ
Ví dụ: Cipro 250 mg: Uống 2 viên mỗi ngày đến khi hết thuốc	Ví dụ: 9 giờ sáng hoặc vào bữa ăn sáng			

# Sắp Xếp Thuốc Cho Hộp Đựng Thuốc

Thuốc Của Tôi	Sáng	Trưa	Chiều	Tối/Giờ Đi Ngủ