

# داروهای خود را طبق دستور مصرف کنید



هنگامی که داروها طبق تجویز مصرف نمی شوند، خطر پیامدهای منفی بر سلامتی و کیفیت زندگی پایین تر وجود دارد. طبق دستور پزشک داروهای خود را مصرف کنید، چون این به شما کمک کند سالم بمانید. یکی از راه های کمک این است که از پزشک خود در مورد دریافت منابع 90 روزه داروهای تجویز شده خود سوال کنید.

## مزایای دریافت یک منبع 90- روزه دارو:

- هزینه های پایین تر به این دلیل است که هزینه پرداخت اشتراک 90 روزه شما با هزینه منبع 30 روزه دارو همسان است.
- مراجعات کمتر به داروخانه.
- احتمال کمتری برای از دست دادن دوزهای داروهای شما

## نکات بیشتر در مورد نحوه مدیریت داروهای خود:

- از داروساز خود کمک بخواهید تا تمام داروهای خود را به طور همزمان پر کنید
- داروهای خود را چند روز قبل از تمام شدن پر کنید
- برای شارژ مجدد خودکار در داروخانه خود ثبت نام کنید
- از یک داروخانه برای پر کردن داروهای خود استفاده کنید تا یک رکورد کامل داشته باشد داروهای خود را در مکانی امن نگهداری کنید که به راحتی قابل مشاهده باشد تا به شما کمک کند مصرف آنها را فراموش نکنید
- یک آلارم زنگ هشدار تنظیم کنید یا یک یادداشت یادآوری را در مکانی قرار دهید که روزانه می بینید
- داروهای خود را با فعالیت هایی که هر روز انجام می دهید منطبق کنید
- داروهای خود را در یک جعبه قرص سازماندهی کنید

پزشک یا داروخانه شما باید حداقل سالی یکبار داروهایتان را با شما بررسی کنند. در بعضی موارد، داروها را باید بیشتر از یکبار در سال بررسی کنید. در صورت داشتن هر گونه عوارض جانبی یا نگرانی در مورد داروهای خود به پزشک یا داروساز خود اطلاع دهید. اگر پرسشی دارید در 7 روز هفته و 24 ساعت شبانه روز، با خدمات مشتریان OneCare به شماره رایگان **1-877-412-2734 (TTY 711)** تماس بگیرید. ما کارکنانی داریم که به زبان شما صحبت می کنند. به وبسایت ما مراجعه کنید [www.caloptima.org/OneCare](http://www.caloptima.org/OneCare)

