

# 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 100 روزه داروهای تجویز شده خود سوال کنید.

## مزایای دریافت یک منبع 100- روزه دارو:

- مراجعات کمتر به داروخانه
- احتمال کمتری برای از دست دادن دوزهای داروهای شما

## نکات بیشتر در مورد نحوه مدیریت داروهای خود:

- از داروخانه پستی جدید ما، SortPak، استفاده کنید. برای ثبت نام همین امروز با شماره **1-877-570-7787 (TTY 711)** تماس بگیرید.
- 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 دریافت مجدد خودکار در داروخانه خود ثبت نام کنید.
- در صورت امکان برای پیامک های هشدار یادآوری زمان دریافت دارو با داروخانه خود ثبت نام کنید.
- همیشه از یک داروخانه برای پر کردن داروهای خود استفاده کنید تا یک سابقه کامل از داروهای شما داشته باشند.
- 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.
- مصرف 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 داروساز شما باید حداقل سالی یک بار داروهایتان را با شما بررسی کنند. در بعضی موارد، داروها را باید بیشتر از یک بار 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 سؤالی دارید، با خدمات مشتری OneCare به شماره **1-877-412-2734 (TTY 711)**، در 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته 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)

