

# 藥物遵從

遵醫囑使用藥物對管理您整體健康是至關重要的。



## 瞭解您的藥物

- 瞭解您使用每種藥物的用途。
- 務必您按時、按劑量使用正確的藥物。如果藥物看起來與以前不同，請與藥劑師確認。

## 與您的醫生探討

- 您目前正在使用的處方藥物是否可以延長至**100天**的藥量。
- 年度健康評估看診時讓醫生審查您的藥物。
- 準備一份問題清單，詢問有關新藥物的事宜。例如，有哪些食物或補充品需要避免？

## 使用或設置藥物提醒

- 嘗試使用藥盒來幫助記住服藥。
- 設定鬧鐘提醒。

## 保持有條理的習慣

- 建立一份您個人的藥物清單，方便記錄並追蹤您正在使用的藥物。
- 將藥物存放在容易看到和拿取的位置。

