



# Erinnerungskarte

Dieses Informationsmaterial zur Anwendung von Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zur Prä-Expositions-Prophylaxe (PrEP) wurde in Abstimmung mit dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) als Teil der Zulassungsaufgaben zur Risikominimierung erstellt. Diese zusätzlichen Maßnahmen dienen dazu das Risiko einer HIV-1-Infektion, einschließlich Infektionen aufgrund fehlender täglicher Tabletteneinnahme (Adhärenz), sowie die Resistenz-entwicklung bei Patienten mit nicht erkannter oder akuter HIV-1-Infektion zu reduzieren.

Ihnen wurde Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zur Prä-Expositions-Prophylaxe (PrEP) verschrieben. Damit dieses Arzneimittel wirkt, ist **es wichtig, dass Sie keine Einnahme auslassen. Die empfohlene Dosis ist 1 Tablette Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil 1x täglich**. Nehmen Sie Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil immer genau nach Absprache mit Ihrem Arzt ein.

Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil sollte, **wann immer möglich, mit Nahrung eingenommen werden**. Es ist zu empfehlen, die Einnahme von Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zu einem Teil Ihres Tagesablaufs zu machen. Sie können Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil beispielsweise zum Frühstück einnehmen oder wenn Sie zu Abend essen. Sie sollten einen für Sie passenden Zeitpunkt festlegen.

- Es kann hilfreich sein, eine Tablettenbox zu verwenden, in die Sie jede Woche Ihre einzunehmenden Tabletten einsortieren.
- Ebenso könnte ein Kalender hilfreich sein, Sie in Ihrer Routine zu unterstützen. Haken Sie in Woche 1 den Tag ab, an dem Sie mit der Einnahme Ihrer Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil-Tabletten begonnen haben. Danach haken Sie jeden weiteren Tag in diesem Kalender ab, an dem Sie eine Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil-Tablette eingenommen haben. Denkbar wäre auch den Tag zu markieren, an dem Sie die erste Tablette einer neuen Packung eingenommen haben. Wenn Sie nicht mehr sicher wissen, ob Sie bereits eine Tablette eingenommen haben, können Sie die in der Packung verbliebenen Tabletten zählen (auf jeder Packung steht wie viele Tabletten enthalten sind).
- Nach 30 Tagen muss ein neuer Kalender ausgefüllt werden.

	So	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Mo
Woche 1							
Woche 2							
Woche 3							
Woche 4							
Woche 5							
Woche 6							

Wenn Sie auf Ihrem Handy oder Computer einen Kalender verwenden, könnten Sie eine automatische Erinnerung für die Einnahme Ihrer Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil-Tabletten hinzufügen.

**Datum an dem Sie die erste Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil-Tablette einer neuen Packung eingenommen haben (Tag/Monat/Jahr):** \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_.

## Terminerinnerung

Ihr nächster Arzttermin ist:

Termin	
Datum	
Uhrzeit	
Ort	