Diese Erinnerungskarte wurde als verpflichtender Teil der Zulassung dieses Arzneimittels erstellt und mit dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) abgestimmt. Diese soll als zusätzliche risikominimierende Maßnahme sicherstellen, dass Anwenderinnen und Anwender mit den Besonderheiten der Anwendung von Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zur Prä-Expositions-Prophylaxe (PrEP) vertraut sind und dass dadurch das mögliche Risiko für eine HIV-1-Infektion, einschließlich Infektionen aufgrund fehlender täglicher Tabletteneinnahme (Adhärenz), sowie die Resistenzentwicklung bei Anwenderinnen und Anwendern mit nicht erkannter oder akuter HIV-1-Infektion reduziert wird.

Erinnerungskarte zur sicheren Anwendung

Ihnen wurde Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zur PrEP (Prä-Expositions-Prophylaxe) verschrieben. Damit dieses Arzneimittel wirkt, ist **es wichtig, dass Sie keine Dosis auslassen. Die empfohlene Dosis ist eine Tablette Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil einmal täglich**. Nehmen Sie Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil immer genau nach Anweisung Ihres Arztes ein. Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil sollte **nach Möglichkeit mit Nahrung eingenommen werden**. Zur Unterstützung, damit Sie sich an die Einnahme von Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil erinnern:

Sie können die Einnahme von Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zu einem Teil Ihrer täglichen Routine machen. Sie können Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil zum Beispiel zum Mittagessen einnehmen oder wenn Sie sich nach dem Frühstück die Zähne putzen. Es ist wichtig einen Zeitpunkt zu finden, der für Sie passend ist.
Sie können eine Erinnerung in Ihrem Mobiltelefon oder einem anderen Gerät einrichten, die Sie darauf aufmerksam macht, sobald es Zeit ist Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil einzunehmen.
Sie können außerdem eine kleine 7-Tage-Tablettenbox verwenden, in die Sie die nötigen Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil Tabletten jede Woche einsortieren.
Es könnte für Sie ebenfalls hilfreich sein, den Kalender zu verwenden, um jeden Tag darin abzuhaken, nachdem Sie Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil eingenommen haben. Markieren Sie in der ersten Woche den Tag, an dem Sie mit Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil begonnen haben. Danach markieren Sie jeden weiteren Tag im Kalender an dem Sie Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil eingenommen haben. Sie können auch den Tag markieren, an dem Sie die erste Tablette einer neuen Packung/Flasche eingenommen haben. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie bereits eine Tablette eingenommen haben, können Sie die restlichen Tabletten in der Packung/Flasche zählen (auf jeder Packung/Flasche steht wie viele Tabletten enthalten sind).

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

Wenn Sie bereits einen Kalender auf Ihrem Mobiltelefon oder Computer verwenden, können Sie eine automatische Erinnerung für Ihre Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil-Tabletten hinzufügen.

Datum zu welchem Sie die erste Emtricitabin/Tenofovirdisoproxil-Tablette einer neuen Packung/Flasche eingenommen haben (Tag/Monat/Jahr): ___/_____/_____.

Terminerinnerung

Ihr nächster Arzttermin ist:

Termin	
Datum	
Uhrzeit	
Ort	