



*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/Tenofoviridisoproxil 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/Tenofoviridisoproxil 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/Tenofoviridisoproxil einmal täglich.** Nehmen Sie Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil immer genau nach Anweisung Ihres Arztes ein. Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil sollte **nach Möglichkeit mit Nahrung eingenommen werden.** Zur Unterstützung, damit Sie sich an die Einnahme von Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil erinnern:

Sie können die Einnahme von Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil zu einem Teil Ihrer täglichen Routine machen. Sie können Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil 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, welches Sie darauf aufmerksam macht, sobald es Zeit ist, Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil einzunehmen.

Sie können außerdem eine kleine 7 Tage-Tablettenbox verwenden, in die Sie die nötigen Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil Tabletten jede Woche einsortieren.

Es könnte für Sie ebenfalls hilfreich sein, den Kalender zu verwenden, um jeden Tag darin abzuhaken, nachdem Sie Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil eingenommen haben. Markieren Sie in der ersten Woche den Tag, an dem Sie mit Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil begonnen haben. Danach markieren Sie jeden weiteren Tag im Kalender an dem Sie Emtricitabin/Tenofoviridisoproxil 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/Tenofoviridisoproxil-Tabletten hinzufügen.

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

## Terminerinnerung

Ihr nächster Arzttermin ist:

<b>Termin</b>	
<b>Datum</b>	
<b>Uhrzeit</b>	
<b>Ort</b>	