

პაციენტის და მომვლელის სწავლება

როგორ შეავსოთ აბების კოლოფი

ეს ინფორმაცია განმარტავს, თუ როგორ უნდა შეავსოთ აბების კოლოფი.

რა არის აბების კოლოფი?

აბების კოლოფი არის კონტეინერი, რომელიც გამოიყენება მედიკამენტების დოზირების ორგანიზებისთვის გარკვეული პერიოდის განმავლობაში. აბების კოლოფს ასევე ეწოდება აბების კონტეინერი ან აბების ყუთი. აბების კოლოფის გამოყენება ძალიან სასარგებლოა, თუ რამდენიმე სხვადასხვა მედიკამენტის მიღება გჭირდებათ. ეს დაგეხმარებათ თავიდან აიცილოთ წამლის დოზების გამოტოვება.

აბების კოლოფები სხვადასხვა ზომისაა (იხილეთ სურათები 1 და 2). მათში შეგიძლიათ თქვენი წამლის დოზების შენახვა 14 დღემდე. ზოგიერთს დღეზე განსაზღვრული 4-მდე ადგილი აქვს. თუ არ ხართ დარწმუნებული, რომელი ტიპის კოლოფია თქვენთვის უკეთესო, მიმართეთ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს.



სურათი 1. აბების კოლოფის მაგალითი



სურათი 2. აბების კოლოფის მაგალითი

აბების კოლოფების უმეტესობა ბავშვებისთვის უსაფრთხო არ არის. თუ სახლში ბავშვები არიან, აბების კოლოფი მათთვის მიუწვდომელ ადგილას შეინახეთ.

თუ თქვენს სახლში სხვა ადამიანებიც იყენებენ თავიანთ აბების კოლოფებს იყენებენ, სასარგებლოა, თუ ისინი ერთი ფერის არ იქნებიან. ეს ხელს უწყობს თავიდან აიცილოთ მათი ერთმანეთში არევა.

რა უნდა იცოდეთ აბების კოლოფის შევსებამდე

აბების კოლოფში ჩაყარეთ მხოლოდ მუდმივი წამალი (რომელსაც გრაფიკით იღებთ).

ზოგიერთი მედიკამენტის აბების კოლოფში მოთავსება უსაფრთხო არ არის. ეს ეხება ორალურ ქიმიოთერაპიას (ქიმიოთერაპია). აბების კოლოფის გამოყენებისას მიჰყევით თქვენი მომვლელი გუნდის ინსტრუქციებს.

პერორალური კვლევის მედიკამენტები უნდა დარჩეს იმ კონტეინერში, რომელშიც იქნა ისინი გაცემული. ჩამოთვლილები აბების ყუთში არ ჩადოთ. დაიცავით თქვენი კვლევითი მომვლელი გუნდის ინსტრუქციები პერორალური კვლევითი მედიკამენტების შენახვის შესახებ.

თუ გაქვთ გამოწერილი საჭიროების შემთხვევაში მისაღები მედიკამენტები (PRN) (წამლები, რომლებსაც მხოლოდ საჭიროების შემთხვევაში იღებთ), ისინი ცალკე შეინახეთ. ეს მოიცავს ტკივილის ან

გულისრევის (ღებინების შეგრძნების) შემამსუბუქებელ მედიკამენტებს. საჭიროების შემთხვევაში მისაღები მედიკამენტები (PRN) აბების კოლოფში არ ჩაყაროთ.

შესაძლოა, სახლში მისაღები თქვენი მედიკამენტების სიაში არ იყოს მითითებული, რომელ დღეს უნდა მიიღოთ მედიკამენტი. თუ ასეა, აირჩიეთ, რომელ დღეს გსურთ მათი მიღება. მაგალითად, თუ წერია, რომ წამალი კვირაში ერთხელ უნდა მიიღოთ, შეგიძლიათ დააწესოთ მისი მიღების დღედ ორშაბათი. სახლის პირობებში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში, მედიკამენტის გვერდით, ჩაწერეთ წამლის მიღების თქვენთვის სასურველი დღის არჩევანი.

შესაძლოა, სახლში მისაღები თქვენი მედიკამენტების სიაში არ იყოს მითითებული, დღის რომელ მონაკვეთში უნდა მიიღოთ მედიკამენტები. თუ ასეა, აირჩიეთ სასურველი დრო. მაგალითად, სახლში გასაცემი მედიკამენტების თქვენს სიაში შეიძლება მითითებული იყოს წამლის ყოველდღიურად მიღება, მაგრამ არა იყოს აღნიშნული დღის რომელ მონაკვეთში უნდა მიიღოთ. შეგიძლიათ დააწესოთ ამ წამლის მიღების დროდ ყოველი დღის დილა. თქვენი არჩევანი ჩაწერეთ სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში, მედიკამენტის გვერდით.

სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში მოცემული ინსტრუქციები შეიძლება განსხვავდებოდეს ბოთლებზე მითითებული ინსტრუქციისგან. ეს შეიძლება მოხდეს, თუ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერი უფრო ხშირად შეცვლის თქვენი წამლის დოზას ან გრაფიკს, ვიდრე თქვენ შეავსებთ მას.

ყოველთვის მიჰყევით სახლში გამოსაყენებელი მედიკამენტების სიაში მოცემულ ინსტრუქციას და არა მედიკამენტების ბოთლებზე დაწერილ მითითებებს. სახლის პირობებში გამოსაყენებელი თქვენი მედიკამენტების სია შეიცავს თქვენი მედიკამენტების შესახებ უახლეს ინფორმაციას.

კვირაში ერთხელ შეავსეთ აბების კოლოფი. უმჯობესია, თუ აბების კოლოფს კვირაში ერთსა და იმავე დღეს ან საკონტროლო ვიზიტის შემდეგ შეავსებთ. ყოველ ჯერზე, როცა აბების კოლოფს შეავსებთ, მასში

მოათავსეთ მთელი კვირის განმავლობაში გამოსაყენებელი მუდმივი წამალი.

საჭიროების შემთხვევაში, დახმარება ითხოვეთ აბების კოლოფის შევსებაში.

თუ ართრიტი, პერიფერიული ნეიროპათია ან მეხსიერების პრობლემები გაქვთ, აბების კოლოფის შევსება შეიძლება გაგიჭირდეთ. დახმარება ოჯახის წევრს, მეგობარს ან მოწვეულ ექთანს სთხოვეთ. ასევე შეგიძლიათ სთხოვოთ თქვენს აფთიაქს, რომ წამალი ბავშვებისგან დაუცველ კოლოფებში მოათავსონ, რადგან მათი გახსნა უფრო ადვილია.

აბების კოლოფის შევსების ინსტრუქცია



Please visit www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/video/how-fill-pill-box to watch this video.

განათავსეთ საჭირო ნივთები სუფთა, ბრტყელ ზედაპირზე. თქვენ დაგჭირდებათ:

- თქვენი აბების კოლოფი.
- მედიკამენტი, რომელსაც გრაფიკით იღებთ.
- თქვენი სახლში მისაღები მედიკამენტების სია.
- ერთჯერადი (გადასაგდები) პირსახოცი.
- საპონი და წყალი, ან სპირტზე დამზადებული ხელის სადებიზინფექციო საშუალება.

გაიწმინდეთ ხელები

თუ ხელებს საპნითა და წყლით იბანთ, დაისველეთ და საპონი წაისვით. ხელები ერთმანეთს 20 წამის განმავლობაში გაუსვით, შემდეგ კი საპონი ჩამოიბანეთ. ხელები ერთჯერადი პირსახოცით გაიმშრალეთ. ონკანის გამოსართავად იგივე პირსახოცი გამოიყენეთ.

თუ სპირტის ბაზაზე დამზადებულ ხელის სადებიზინფექციო საშუალებას იყენებთ, ხელები მისით დაიფარეთ. შემდეგ ხელები ერთმანეთზე იზილეთ, სანამ არ გაშრებიან.

დაალაგეთ თქვენი მედიკამენტების ბოთლები

დაალაგეთ მედიკამენტების ბოთლები იმ თანმიმდევრობით, როგორც ისინი თქვენს სახლში მისაღები მედიკამენტების სიაშია მოცემული. თუ ერთი და იგივე წამლის 1-ზე მეტი ბოთლი გაქვთ, ბოთლები ერთმანეთის გვერდიგვერდ დადეთ.

შეავსეთ თქვენი აბების კოლოფი

დაიწყეთ თქვენი საშინაო მედიკამენტების სიიდან პირველი წამლით. შემდეგ მედიკამენტზე გადასვლამდე ამ წამლის ყველა დოზა აბების ყუთში ჩაყარეთ.

თითოეული მედიკამენტისთვის:

1. შეამოწმეთ თქვენი საშინაო მედიკამენტების სია, რომ ნახოთ, რა დოზა უნდა მიიღოთ.
2. შეამოწმეთ მედიკამენტის სიძლიერის შესახებ ინფორმაცია აბების ბოთლ(ებ)ზე. გამოთვალეთ აბების რაოდენობა, რომელიც საჭიროა საჭირო დოზის მისაღებად. სწორი დოზის მისაღებად შეიძლება დაგჭირდეთ 1-ზე მეტი აბის გამოყენება.
3. ზოგჯერ შეიძლება საჭირო გახდეს სხვადასხვა სიძლიერის აბების გამოყენება სწორი დოზის მისაღებად. მაგალითად, 2.5 მილიგრამის (მგ) დოზისთვის შეიძლება დაგჭირდეთ 1 (0.5 მგ) აბი და 2 (1 მგ) აბი.
4. შეამოწმეთ თქვენი საშინაო მედიკამენტების სია, რათა ნახოთ, როდის გჭირდებათ წამლის მიღება.
5. მედიკამენტის 1 დოზა მოათავსეთ კოლოფის შესაბამის უჯრაში(ებში). მაგალითად:
 - დილით მისაღები ყოველდღიური მედიკამენტისთვის, ყოველდღიურად მიიღეთ 1 დოზა დილის შუალედში.
 - თუ მედიკამენტს ყოველ 12 საათში იღებთ, მოათავსეთ 1 დოზა ყოველი დილისთვის განსაზღვრულ განყოფილებაში. შემდეგ კიდევ ერთი დოზა მოათავსეთ ყოველი საღამოსთვის განსაზღვრულ განყოფილებაში.
6. თითოეული დღისთვის განსაზღვრული დოზები თქვენი აბების

კოლოფში მოათავსეთ. გაავსეთ აბების კოლოფის უჯრები თითოეული დღისთვის განკუთვნილი ყველა დოზით ან გაავსეთ ისინი იმ დღემდე, როდესაც კლინიკაში შემდეგი ვიზიტი გინევთ.

7. აბების ბოთლს თავსახური ისევ დაახურეთ. ბოთლი ისევ იმ ადგილას დააბრუნეთ, სადაც გრაფიკით მიღებულ წამალს ინახავთ.

გაიმეორეთ ეს ნაბიჯები თქვენი საშინაო მედიკამენტების სიიდან თითოეული მედიკამენტისთვის.

აბების კოლოფის შევსებისას თვალყური ადევნეთ თითოეული წამლის რაოდენობას. მედიკამენტის ამოწურვამდე 5 ან მეტი დღით ადრე სთხოვეთ თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს წამლების ახალი მარაგი. ზოგჯერ, მედიკამენტებს მარაგის მზადყოფნაში მოყვანას ერთი ან ორი დღე სჭირდება.

რა უნდა გააკეთოთ აბების კოლოფის შევსების შემდეგ

როდესაც აბების კოლოფის შევსებას დაასრულებთ, ჩახურეთ ყველა ცარიელი განყოფილება. ჩადეთ ის პლასტმასის პაკეტში. ამგვარად, თუ კოლოფი გადაბრუნდება და შემთხვევით გაიხსნება, აბები პაკეტში ჩაიფანტება. სახლში მისაღები მედიკამენტების სია აბების კოლოფთან ერთად პაკეტში მოათავსეთ. შეინახეთ აბების კოლოფი გრილ, მშრალ, მზის სხივებისგან დაცულ ადგილას.

დოზის გამოტოვება ან პრეპარატის ზედმეტი დოზების მიღება შეიძლება ძალიან საშიში იყოს.

ყოველთვის მიიღეთ თქვენი წამალი სწორი გზით, სწორ დროს და სწორი დოზით. დამატებითი ინფორმაციისთვის წაიკითხეთ *როგორ მივიღოთ მედიკამენტები უსაფრთხოდ* (www.mskcc.org/ka/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely).

თუ თქვენ გაქვთ რაიმე შეკითხვა ან შეშფოთება თქვენს მედიკამენტთან დაკავშირებით, დაუკავშირდით თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს.

კითხვების ან პრობლემების შემთხვევაში მიმართეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს. თქვენი მკურნალთა გუნდის წევრი გიპასუხებთ ორშაბათიდან პარასკევის ჩათვლით. დილის 9 საათი საათიდან საღამოს 5 საათის შემდეგ ამ საათების გარეთ, შეგიძლიათ დატოვოთ შეტყობინება ან ესაუბროთ MSK-ს სხვა წარმომადგენელს. რომელიმე ექიმი ან ექთანი ყოველთვის იქნება ხაზზე. თუ არ ხართ დარწმუნებული, როგორ დაუკავშირდეთ თქვენს ჯანდაცვის პროვაიდერს, დარეკეთ ნომერზე 212-639-2000.

დამატებითი რესურსებისთვის ეწვიეთ www.mskcc.org/pe ჩვენი ვირტუალური ბიბლიოთეკის მოსაძიებლად.

How To Fill a Pill Box - Last updated on October 17, 2025

ყველა უფლება ეკუთვნის და დაცულია Memorial Sloan Kettering Cancer Center-ის მიერ

ბოლოს განახლებული

ოქტომბერი 17, 2025

Learn about our [Health Information Policy](#).

გვითხარით, რას ფიქრობთ

გვითხარით, რას ფიქრობთ

თქვენი გამოხმაურება დაგვეხმარება ჩვენს მიერ მოწოდებული საგანმანათლებლო ინფორმაციის გაუმჯობესებაში. თქვენზე მზრუნველი გუნდი ვერ ხედავს, რას დაწერთ ამ უკუკავშირის ფორმაში. გთხოვთ, არ გამოიყენოთ ფორმა თქვენზე ზრუნვის შესახებ კითხვების დასასმელად. თუ თქვენს მოვლასთან დაკავშირებით შეკითხვები გაქვთ, დაუკავშირდით თქვენი ჯანდაცვის პროვაიდერს.

მიუხედავად იმისა, რომ ყველა გამოხმაურებას ვკითხულობთ, ვერცერთ კითხვაზე ვერ ვპასუხობთ. გთხოვთ, ამ უკუკავშირის ფორმაში არ დაწეროთ თქვენი სახელი ან რაიმე პირადი ინფორმაცია.

ეს ინფორმაცია ადვილად გასაგები იყო?

დიახ

გარკვეულწილად

არა

რა შეგვეძლო უკეთ აგვეხსნა?

გთხოვთ არ ჩაწეროთ თქვენი სახელი ან რაიმე პირადი ინფორმაცია.

წარდგენა