



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

# Как наполнять таблетницу

Эта информация разъясняет, как правильно наполнять таблетницу.

## Что такое таблетница?

Таблетница — это контейнер, используемый для распределения доз лекарств на определенный период времени. Таблетницу также называют «контейнер для таблеток» или «органайзер для таблеток». Таблетницы очень помогают, особенно в том случае, если вам нужно принимать разные виды лекарств. Таким образом вы не пропустите прием дозы назначенного вам препарата.

Таблетницы бывают разных размеров (см. рисунок 1 и 2). Они могут вмещать дозы лекарств на период до 14 дней. В некоторых на каждый день предусмотрено до 4 отделений. Если у вас возникли трудности с выбором таблетницы, обратитесь к своему медицинскому сотруднику.



Рисунок 1. Пример таблетницы



Рисунок 2. Пример  
таблетницы

Большинство таблетниц не имеют защиты от детей. Если в вашем доме есть ребенок, храните таблетницу в недоступном для детей месте.

Если проживающие с вами люди также используют таблетницы, желательно, чтобы они были другого цвета. Так вы их не перепутаете.

## **Что нужно знать для наполнения таблетницы**

**Кладите в таблетницу только лекарства длительного применения (те лекарства, которые нужно принимать по графику).**

**Некоторые лекарства, например пероральные препараты для химиотерапии, небезопасно класть в таблетницу. Выполняйте инструкции вашей лечащей команды по использованию таблетницы.**

Если вы принимаете некоторые лекарства только по мере необходимости, держите их отдельно. К ним относятся обезболивающие средства или лекарства от тошноты (ощущения подступающей рвоты). Не кладите лекарства, принимаемые по мере необходимости, в таблетницу.

В «Списке препаратов для приема дома» может быть не указано, в

какой день нужно принимать лекарство. Если это так, выберите сами день для его приема. Например, если там указано, что лекарство нужно принимать один раз в неделю, вы можете решить принимать его по понедельникам. Запишите выбранное вами время в «Списке препаратов для приема дома» рядом с названием лекарства.

В «Списке препаратов для приема дома» может быть не указано, в какое время дня нужно принимать лекарство. Если это так, выберите сами время для его приема. Например, в «Списке препаратов для приема дома» может быть указано, что лекарство нужно принимать ежедневно, но без уточнения, в какое время дня. Вы можете решить принимать это лекарство ежедневно по утрам. Запишите выбранное вами время в «Списке препаратов для приема дома» рядом с названием лекарства.

Инструкции, изложенные в «Списке препаратов для приема дома», могут отличаться от тех, что написаны на флаконах с лекарствами. Это возможно в том случае, если ваш медицинский сотрудник меняет дозировку (дозу и график приема) лекарств чаще, чем вы восполняете запас лекарств.

**Всегда соблюдайте инструкции из «Списка препаратов для приема дома», а не те, что написаны на флаконах с лекарствами.** «Список препаратов для приема дома» всегда содержит самую актуальную информацию о ваших лекарствах.

Наполняйте таблетницу один раз в неделю. Лучше всего наполнять ее в один и тот же день недели или после повторного приема у врача. Каждый раз при наполнении таблетницы кладите в нее все лекарства длительного применения на неделю.

**При необходимости попросите помочь вам наполнить таблетницу.**

Если у вас артрит, периферическая нейропатия или проблемы с памятью, вам может быть сложно наполнять таблетницу. Попросите

родственника, друга или патронажную медсестре/медбрата помочь вам. Вы также можете попросить сотрудника аптеки предоставить вам лекарства во флаконах без защиты от детей, которые легче открываются.

# Инструкция по наполнению таблетницы



Пожалуйста, посетите [www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/video/how-fill-pill-box](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/video/how-fill-pill-box) чтобы посмотреть это видео.

Подготовьте все необходимое на чистой и ровной поверхности. Вам понадобятся:

- таблетница;
- лекарства, которые вы принимаете по графику;
- список препаратов для приема дома;
- одноразовое полотенце;
- вода с мылом или спиртосодержащий антисептик для рук.

## Помойте руки

Если вы моете руки с мылом, намочите их и намыльте. Потрите руки друг о друга в течение 20 секунд, затем смойте мыло. Вытрите руки одноразовым полотенцем. Закройте кран с помощью того же полотенца.

При использовании спиртосодержащего антисептика нанесите его на поверхность рук. Затем потрите руки друг о друга, пока они не высохнут.

## Расставьте флаконы

Расставьте флаконы с лекарствами в том порядке, в котором они указаны в «Списке препаратов для приема дома». Если у вас несколько флаконов одного лекарства, поставьте их рядом друг с другом.

## Наполнение таблетницы

Начните с первого лекарства по «Списку препаратов для приема дома». Разложите все дозы этого лекарства в отделениях своей таблетницы, затем переходите к следующему.

Раскладывая лекарства, обязательно:

1. Посмотрите в «Списке препаратов для приема дома», какую дозу этого лекарства вы должны принимать.
2. Уточните дозировку на флаконе с лекарством. Определите количество таблеток, необходимое для приема правильной дозы. Возможно, для формирования правильной дозы вам потребуется больше одной таблетки.
3. В некоторых случаях вам придется использовать таблетки разной дозировки, чтобы сформировать правильную дозу. К примеру, чтобы получить дозу 2,5 миллиграмма (мг), вы можете использовать 1 таблетку дозировкой 0,5 мг и 2 таблетки дозировкой 1 мг.
4. Посмотрите в «Списке препаратов для приема дома», когда нужно принимать это лекарство.
5. Положите одну дозу лекарства в соответствующее отделение.  
Например:
  - Если лекарство нужно принимать ежедневно по утрам, положите по одной дозе лекарства на каждый день в отделение, соответствующее утру.
  - Если лекарство нужно принимать каждые 12 часов, положите по одной дозе лекарства на каждый день в отделение, соответствующее утру, и еще по одной дозе на каждый день — в отделение, соответствующее вечеру.
6. Положите в таблетницу дозы лекарств на каждый день. Разложите все дозы по каждому дню в таблетнице или до даты следующего посещения клиники.
7. Закройте флакон с лекарством. Верните флаконы обратно в то место, где хранятся принимаемые по графику лекарства.

Повторите эти шаги для каждого лекарства по «Списку препаратов для приема дома».

Наполнив таблетницу, следите за оставшимся у вас количеством

каждого лекарства. Обращайтесь к медицинскому сотруднику, чтобы восполнить запасы, не позднее чем за 5 дней до того, как они закончатся. Иногда на приготовление вашего лекарства может уйти 1–2 дня.

## **Что следует делать после наполнения таблетницы**

Наполнив таблетницу, закройте каждое из отделений. Положите ее в пластиковый пакет. Если таблетница перевернется или случайно откроется, таблетки попадут в пакет. Положите “Список препаратов для приема дома” в пакет с таблетницей. Держите таблетницу в прохладном, сухом месте, вдали от солнечного света.

**Пропуск приема дозы или прием дополнительной дозы лекарства может быть очень опасным.**

Всегда принимайте лекарства правильно, в нужное время и в предписанных дозах. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Правила безопасного приема лекарств* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-take-your-medications-safely)).

Позвоните своему медицинскому сотруднику, если у вас возникли какие-либо вопросы или опасения по поводу принимаемых лекарств.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

How To Fill a Pill Box - Last updated on February 8, 2024

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center