

## چک لیست صبحگاهی دونپزیل و ثبت هفتگی حافظه سالمند

دونپزیل هر روز صبح سر ساعت ثابت؛ تقویم، جعبه دارو و این برگه سه ستون نظم آلزایمر هستند

### بخش ۱ – قواعد طلایی مصرف دونپزیل

☐ قرص را هر روز صبح سر ساعت ثابت با آب بدهید؛ با یا بدون غذا بلامانع است

☐ دوز را خودتان بالا نبرید؛ افزایش دوز فقط با نظر پزشک و هر ۴ هفته انجام می شود

☐ قرص را در جعبه داروی هفتگی بچینید؛ فراموشی در آلزایمر طبیعی است، جبران دو قرص ممنوع

☐ یک نوبت جا افتاد؟ به برنامه صبح روز بعد برگردید و در جدول علامت بزنید

☐ تهوع، استفراغ، اسهال یا کرامپ عضلانی در هفته های اول را یادداشت و به پزشک گزارش کنید

☐ قبل از عمل جراحی و بیهوشی، مصرف دونپزیل را به تیم پزشکی اعلام کنید

☐ ضد تشنج ها، داروهای قلبی و ضد افسردگی ها را در مرور دارویی اعلام کنید

### بخش ۲ – جدول ثبت روزانه صبحگاهی

| روز      | ساعت مصرف | جا افتاد؟ | تهوع/بی اشتهایی | یادداشت رفتار و خلق |
|----------|-----------|-----------|-----------------|---------------------|
| شنبه     |           |           |                 |                     |
| یکشنبه   |           |           |                 |                     |
| دوشنبه   |           |           |                 |                     |
| سه شنبه  |           |           |                 |                     |
| چهارشنبه |           |           |                 |                     |
| پنجشنبه  |           |           |                 |                     |
| جمعه     |           |           |                 |                     |

**علائم هشدار:** تپش قلب خیلی کند یا غش کردن، استفراغ مکرر، تشنج و سوزش ادرار (به خاطر بی عاری از غذا) فوریت پزشکی دارد. بی قراری شدید شبانه یا سقوط مکرر را در ویزیت بعدی حتماً مطرح کنید.

### بخش ۳ – پرسش های کوچک برای پیگیری حافظه

| بررسی هفتگی                 | هفته ۱ | هفته ۲ | هفته ۳ | هفته ۴ |
|-----------------------------|--------|--------|--------|--------|
| یادآوری قرص ها و غذاهای روز |        |        |        |        |
| پیدا کردن مسیر خانه/اتاق    |        |        |        |        |
| درگیر شدن در گفتگوی ساده    |        |        |        |        |
| کیفیت خواب شبانه            |        |        |        |        |

**نکته:** اثر دونپزیل تدریجی است و در ماه‌های دوم و سوم دیده می‌شود؛ هدف «توقف پیشرفت» است نه بهبود یک‌شبه. این برگه را در ویزیت دوره‌ای همراه ببرید تا پزشک روند را ببیند. خدمات پرستار سالمند در منزل هیلا هلث چینش دارو، پایش عوارض و ثبت این جدول را به‌صورت دوره‌ای انجام می‌دهد.

پایش داروی آلزایمر و مشاوره خرید داروی سالمند در منزل – کرج و البرز

**0764 767 0912**

hilahealth.com – فرم ثبت درخواست آنلاین در سایت

tel: **09127670764** | hilahealth.com

هیلا هلث | خدمات پرستاری و پزشکی در منزل کرج و البرز