

# Here for your good health.



Medicines can be confusing. Use this chart to help you take them correctly.

Instructions/Name of Prescriber							
Bedtime							
Dinner							
Lunch							
Breakfast							
How often							
Dose							
Why I take this							
Name of medication							

## Quick tips to use this chart

- Write the name of each medicine you take on one line in the left column
- Include prescribed medicines and any over-the-counter medicines, herbal medicines, and supplements you take
- Fill in the other columns, such as why you take the medicine and when
- Take this chart with you when you visit the doctor or pharmacist

## Need an appointment?

Call 615-341-4000



## My notes

# Aqui por tu buena salud.



Los medicamentos pueden resultar confusos. Use esta tabla para ayudarlo a tomarlos correctamente.

Nombre del medicamento	¿Por qué tomo esto?	Dosis	Con qué frecuencia	Desayuno	Comida	Cena	Hora de acostarse	Instrucciones/Nombre de la Doctora

**Consejos Rápidos para usar esta tabla**

**Registre** cada uno de sus medicamentos, cada uno en una línea en la primera columna.

**Incluya** los medicamentos recetados mas cualquier suplemento, medicamento a base de hierbas o de venta libre que tome.

**Complete** las otras columnas, como por que toma el medicamento y cuandao

**Lleve** con usted cuando visite al medico o farmaceutico.

Necista una cita?  
615-341-4000



**Espacio para tus notas**