

PLANO DE USO - DICLOFENACO E GELO

Instruções para o dia de hoje

Uso do Diclofenaco de Potássio 50 mg:

- 08:00 (já tomado) - após o café da manhã
- 14:00 - após o almoço
- 20:00 - após o jantar

Aplicação de gelo:

- 20 minutos, 3 vezes ao dia:

1. Agora (logo após o remédio)
2. Tarde (aproximadamente 16:00)
3. Noite (aproximadamente 21:00)

Cuidados gerais:

- Manter o joelho elevado quando estiver deitado.
- Evitar agachar, correr ou subir escadas.
- Tomar o remédio sempre após refeições.
- Beber bastante água.
- Se dor ou inchaço aumentarem, procurar um médico.