

MY HEADACHES FROM TRACKING HEADACHES

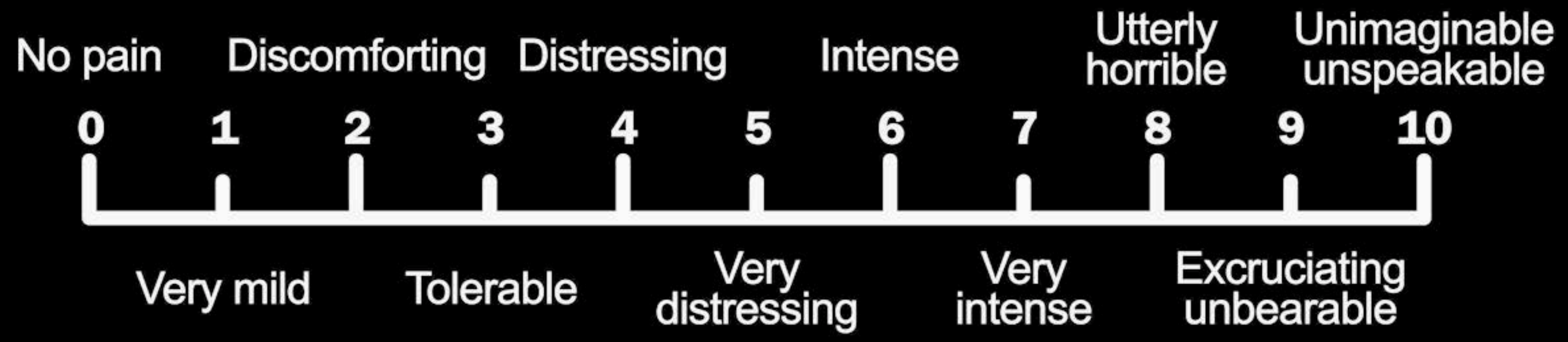
JAKOB EG LARSEN

ASSOCIATE PROFESSOR, PHD
TECHNICAL UNIVERSITY OF DENMARK

CO-FOUNDER, TOTTI LABS
ORGANIZER QS COPENHAGEN

@JAKOBEGLARSEN

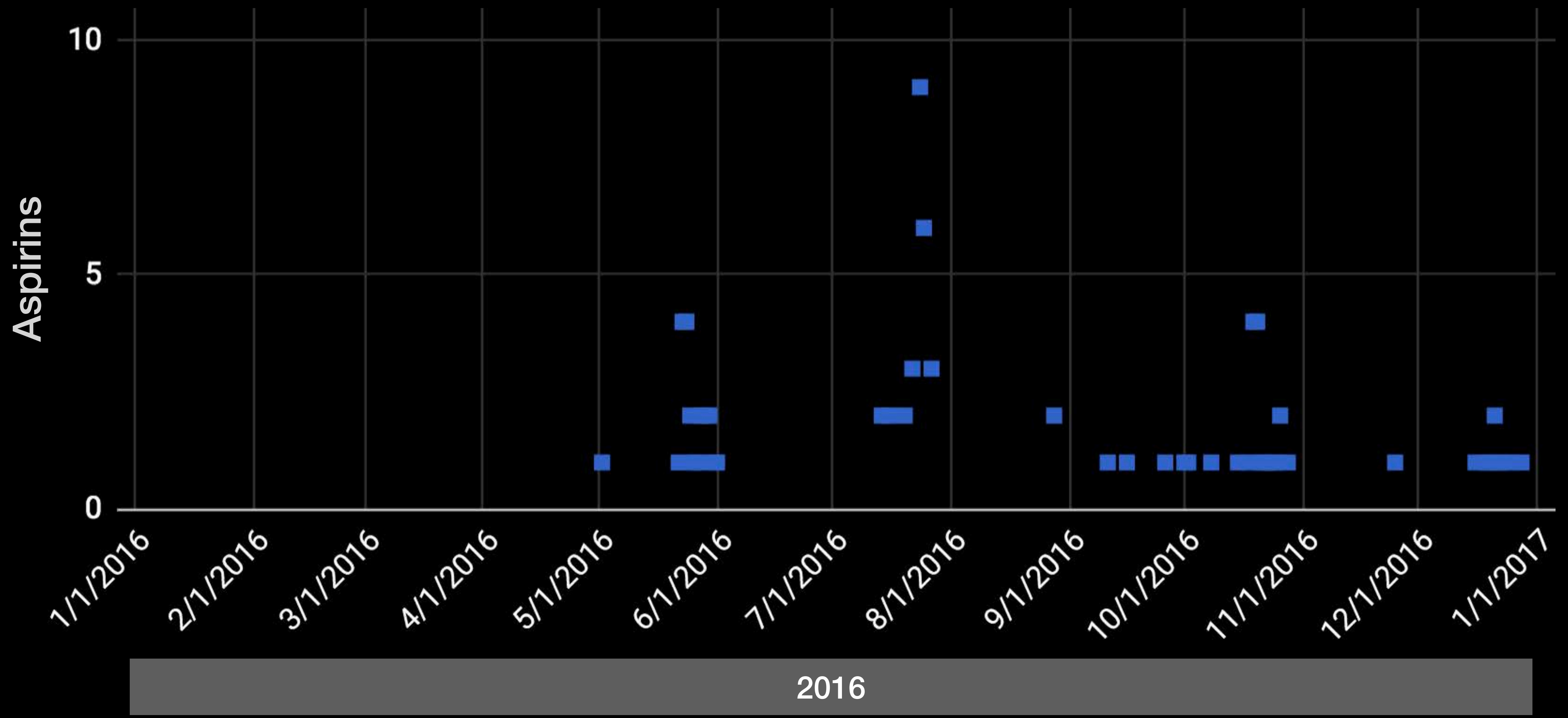


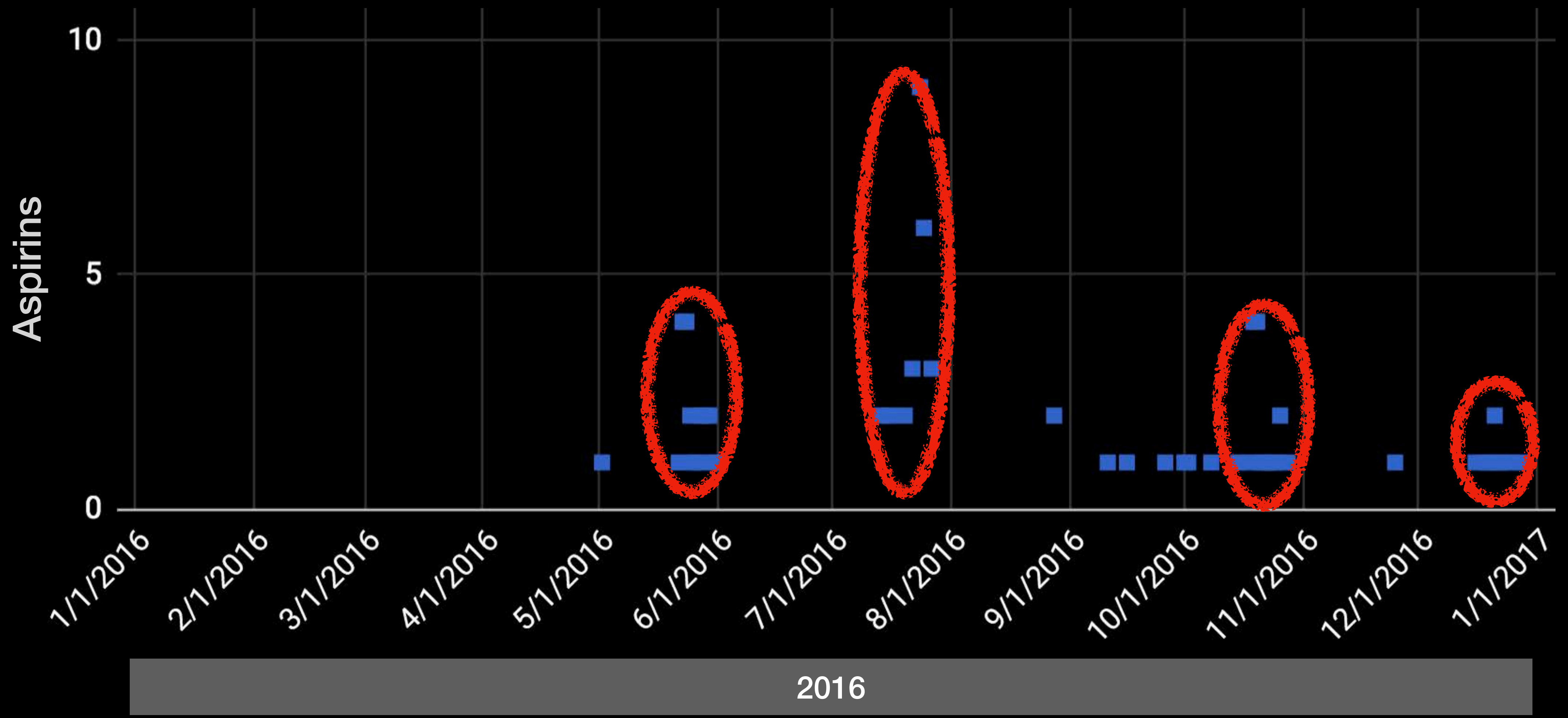






Date	#Aspirins	Comment
...
5/30/2016	2	Cold
5/31/2016	1	Cold
6/1/2016	1	
6/2/2016		
...





Yderligere information til brugeren
Brusestabletter
3 Citrus 500 mg og 50 mg

Læs denne brugsvejledning grundigt, den indeholder vigtige informationer. Du kan få Treo Citrus uden recept, for at opnå den bedste behandling, skal du være opmærksom på følgende:

- Gennemlæsningen. Du kan få brug for at læse den igen.
- Spørg apotekspersonalet, hvis der er mere, du vil vide.
- Hvis du ikke får den bedste effekt, eller hvis du får ubehag eller andre bivirkninger, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Den nye version af indlægssedlen for dette produkt findes på www.medicinetilforbrugere.dk.

Overblik over indlægssedlen

1. Det skal du vide før du begynder at tage Treo Citrus
2. Sådan skal du tage Treo Citrus
3. Opbevaring
4. Pakningsstørrelser og yderligere oplysninger

1. VIRKNING OG ANVENDELSE

Treo Citrus er et middel mod smerter f.eks. hovedpine, muskel- og ledsmerte, menstrualsmerter og halsbetændelse. Du kan også tage Treo Citrus mod migræne.

2. DET SKAL DU VIDE, FØR DU BEGYNDER

- Du skal ikke tage Treo Citrus, hvis du er overfølsom over for acetylsalicylsyre, indholdsstofferne i brusestabletten eller et eller flere af de nævnte stoffer.
- Hvis du har haft allergiske symptomer eller astma ved brug af andre smertestoffer (f.eks. paracetamol, diclofenac, ibuprofen eller aspirin) eller acetylsalicylsyre, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan forårsage allergiske reaktioner.
- Hvis du har haft blodmangel, blodspænding eller lavt blodtryk, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan forårsage blodmangel eller lavt blodtryk.
- Hvis du tager andre lægemidler, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke deres virkning.

3. SÅDAN SKAL DU TAGE TREO CITRUS

Tal med lægen inden du tager Treo Citrus, hvis du har astma, vejrtrækningsbesvær, hjertesygdom, blodtrykssygdom, lever- eller nyresygdom, diabetes, blodmangel eller lavt blodtryk, eller hvis du tager andre lægemidler.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Hvis du er over 65 år, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke blodtrykket og blodsukkeret. Hvis du er gravid eller ammer, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke barnet.

Børn. Du må kun bruge Treo Citrus til børn under 15 år efter lægens anvisning. Brug af Treo Citrus til børn under 15 år, hvis de har feber.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

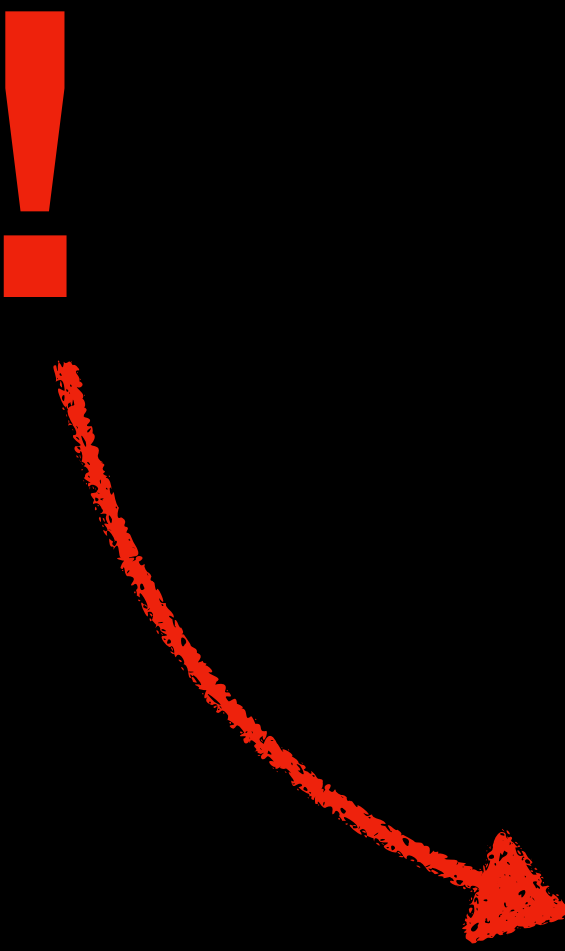
Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.

Hvis du har taget for mange Treo Citrus, kan du få alvorlige bivirkninger. Hvis du har taget for mange Treo Citrus, skal du kontakte lægen eller apoteket.



Migræne: 2 tabletter 14 gange dagligt, dog højst anvendes i 10 dage som medicin.

4. BIVIRKNINGER

Treo Citrus kan, som al anden medicin, give bivirkninger, men ikke alle får bivirkninger.

Alvorlige bivirkninger

- Hvis du får kvalme, opkastning, feber eller hovedpine, skal du kontakte lægen eller apoteket.
- Hvis du får blodmangel, blodspænding eller lavt blodtryk, skal du kontakte lægen eller apoteket.
- Hvis du får astma, vejrtrækningsbesvær, hjertesygdom, blodtrykssygdom, lever- eller nyresygdom, diabetes, blodmangel eller lavt blodtryk, eller hvis du tager andre lægemidler, skal du være opmærksom på, at Treo Citrus kan påvirke deres virkning.

Ikke alvorlige bivirkninger

- Hvis du får hovedpine, muskel- og ledsmerte, menstrualsmerter og halsbetændelse, skal du kontakte lægen eller apoteket.
- Hvis du får kvalme, opkastning, feber eller hovedpine, skal du kontakte lægen eller apoteket.
- Hvis du får blodmangel, blodspænding eller lavt blodtryk, skal du kontakte lægen eller apoteket.

5. OPBEVARING

Opbevar Treo Citrus utilgængeligt for børn. Brug ikke Treo Citrus efter den udløbsdato, der er trykt på pakningen. Udløbsdatoen er den sidste dag i den nævnte måned.

Afløser alle medicinbatter på apoteket. Af hensyn til miljøet må du ikke smide medicin ned i afløbet, i sø eller i vandløb.

6. YDERLIGERE OPLYSNINGER

Treo Citrus 500 mg / 50 mg, brusestabletter, indholdsstoffer:

- Aktive stoffer: acetylsalicylsyre og caffeine.
- Andre indholdsstoffer: vandfri citronsyre, natriumhydrogencarbonat, vandfri natriumcarbonat, natriumbihydrogen-citrat, natriumdi-oxocitrat, povidon, saccharose.

Udseende og pakningsstørrelser

Udseende: Treo Citrus er hvide runde brusestabletter.

Pakningsstørrelser: Treo Citrus er hvide runde brusestabletter med 10 brusestabletter, 20 brusestabletter og 60 brusestabletter.

Ikke alle pakningsstørrelser er nødvendigvis markedsført.

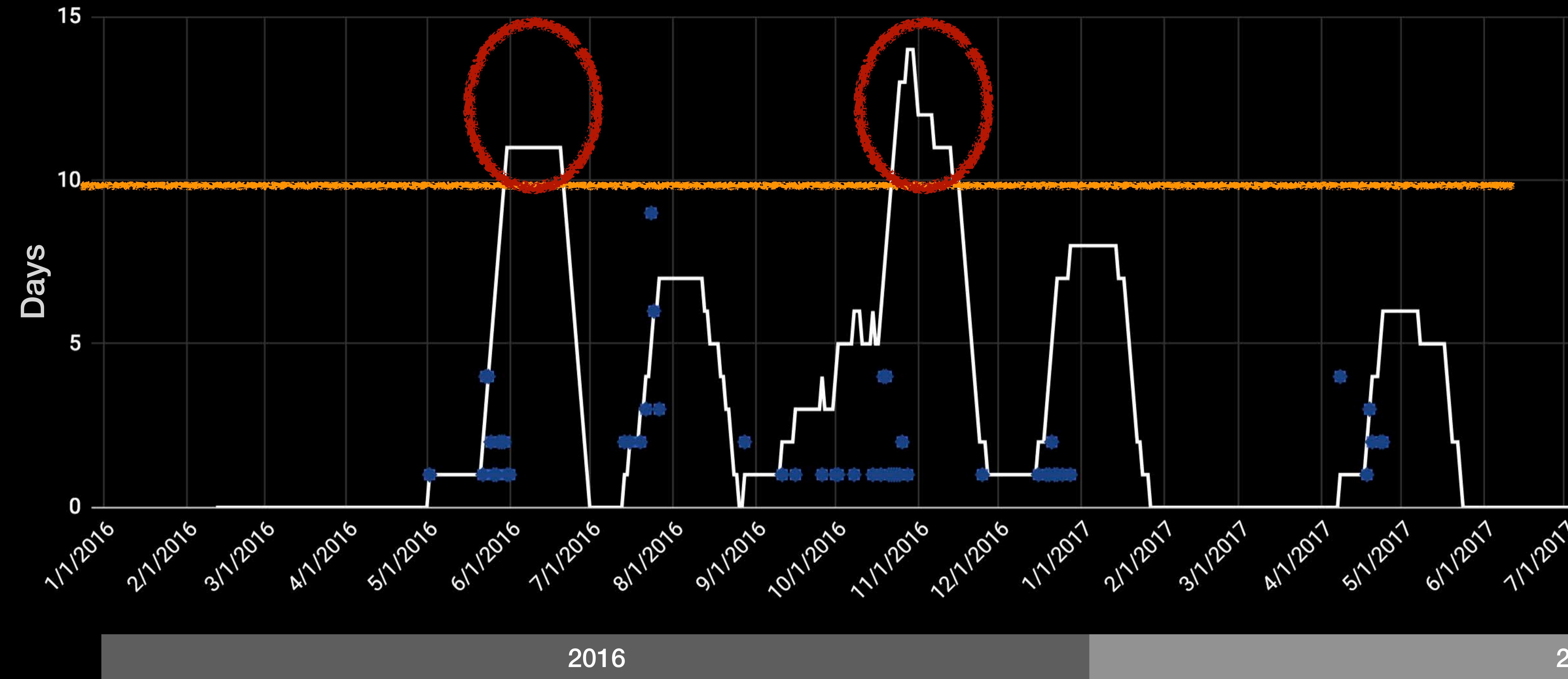
Indehaver af markedsføringstilladelsen og fremstiller

Indehaver af markedsføringstilladelsen: Mevis AS, Solvang 3, 3450 Allinge, Tlf: 4452 8888, email: info@mevis.dk

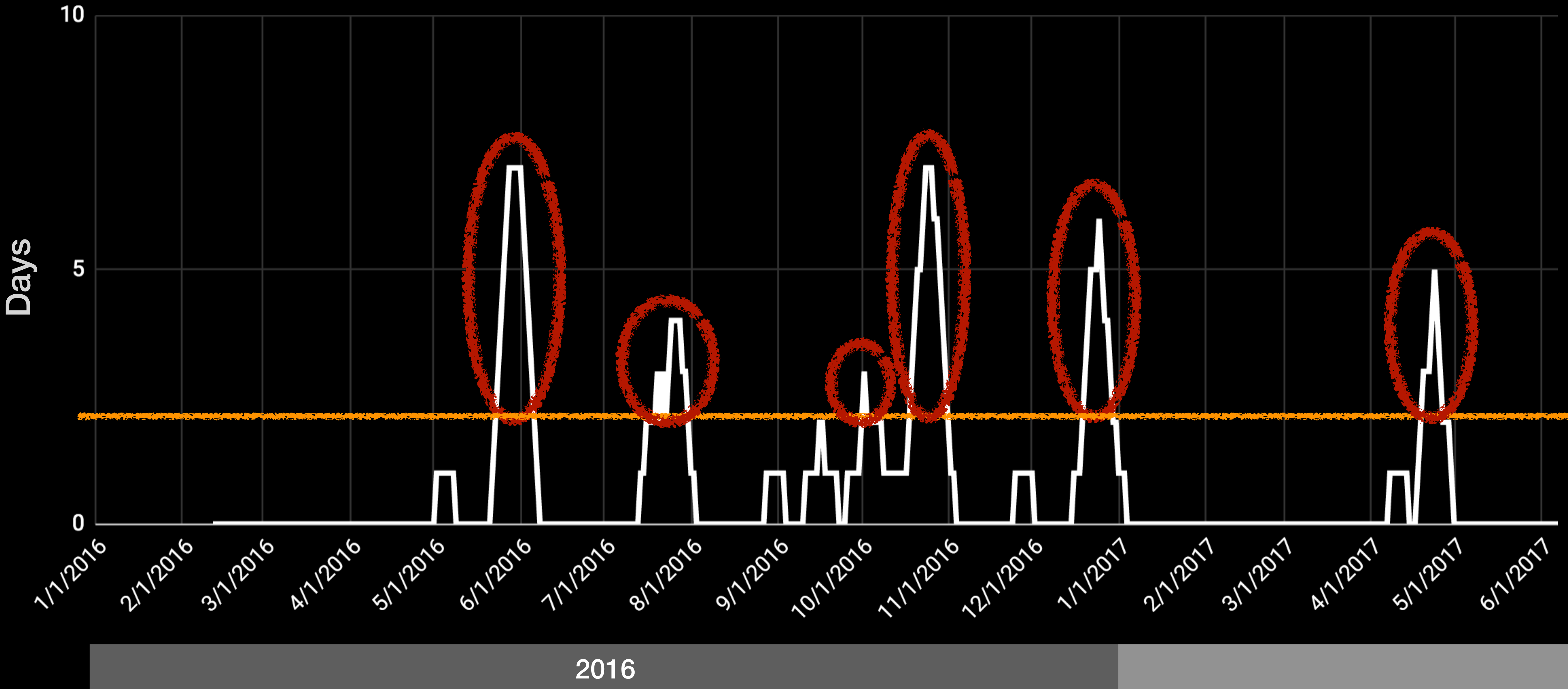
Fremstiller: Hermes Arzneimittel GmbH, Georg-Köhler-Strasse 5-8, 82049 Grünheideslohe / München, Tyskland.

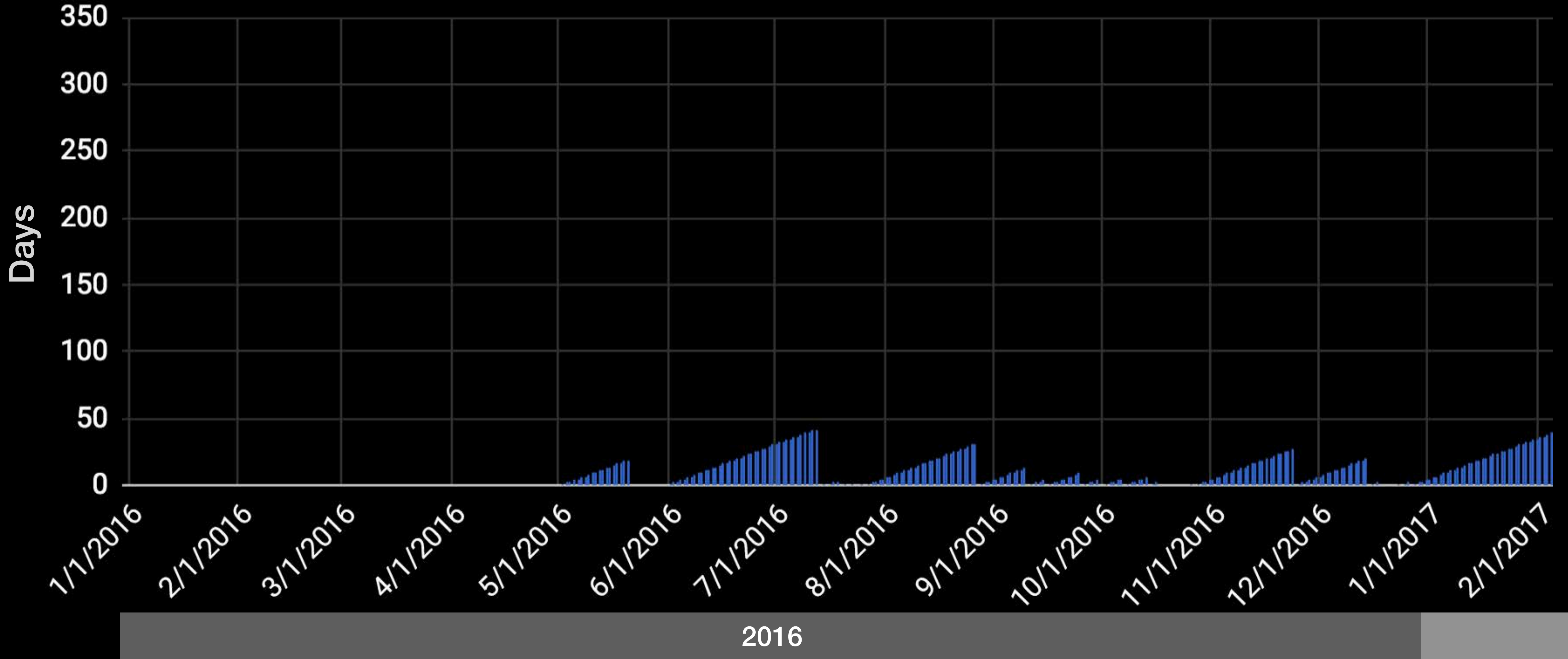
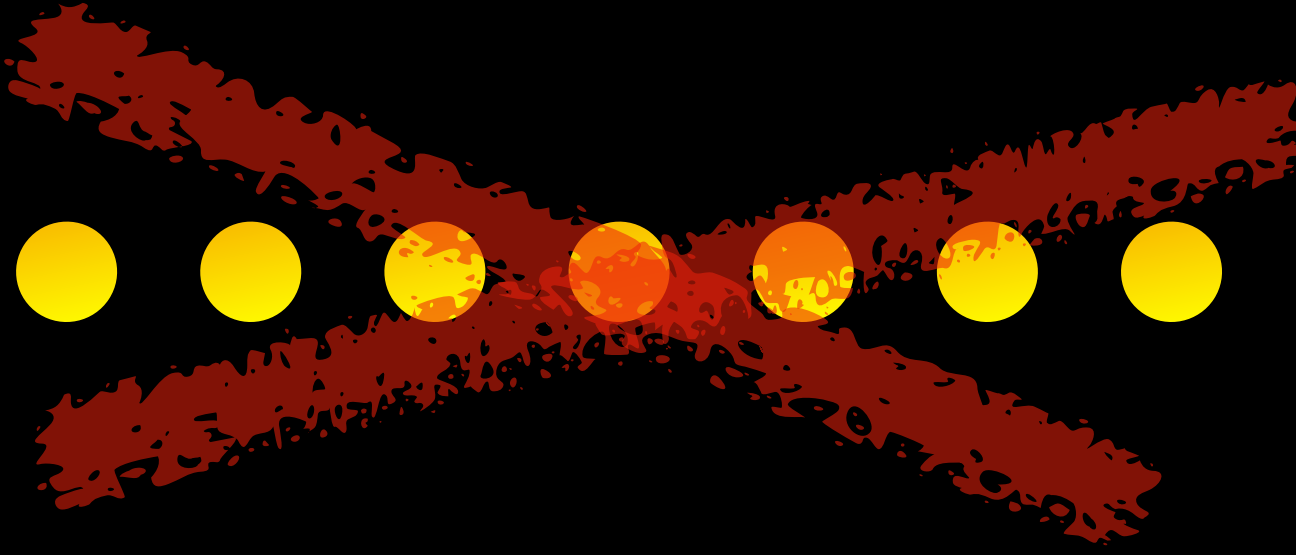
Denne indlægsseddel blev sidst revideret december 2015.

Number of days taking aspirins in a 30 day window

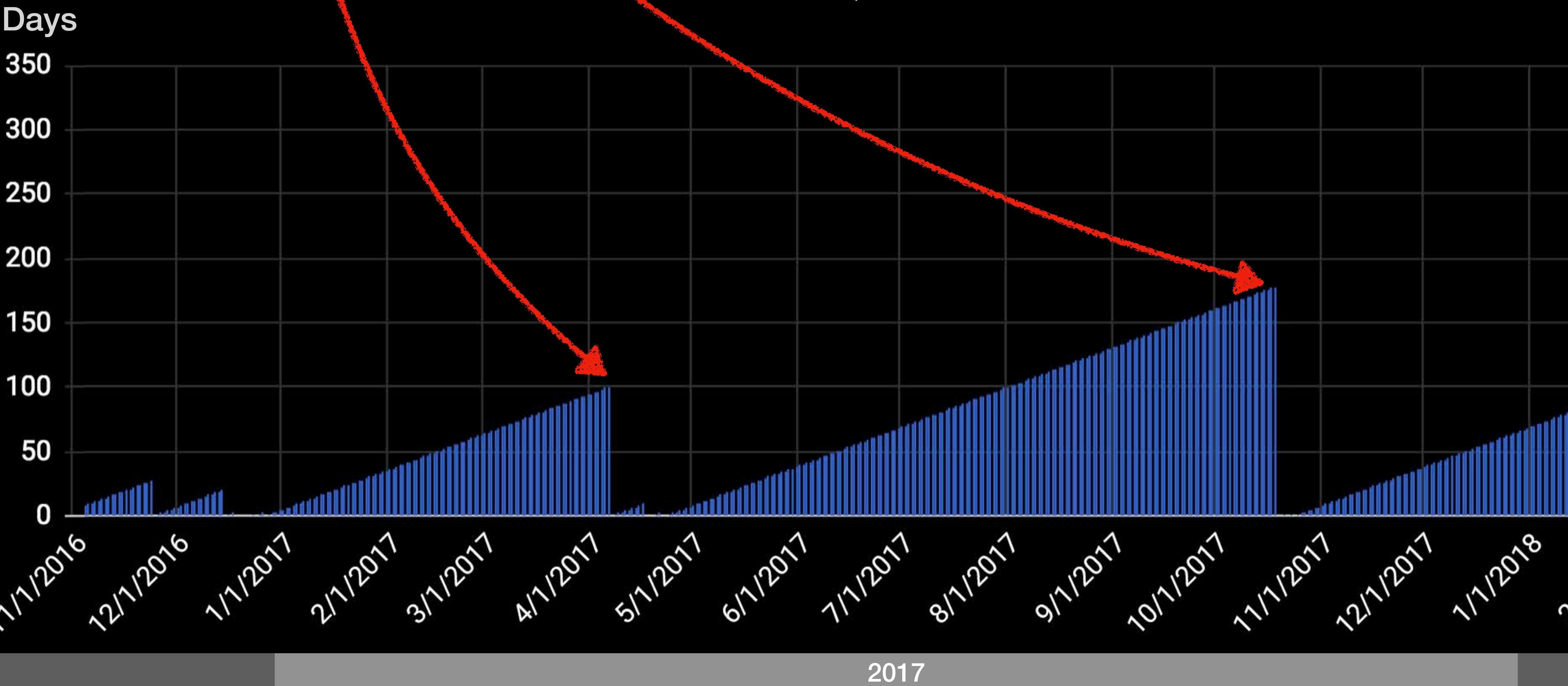


Number of days taking aspirins in a 7 day window



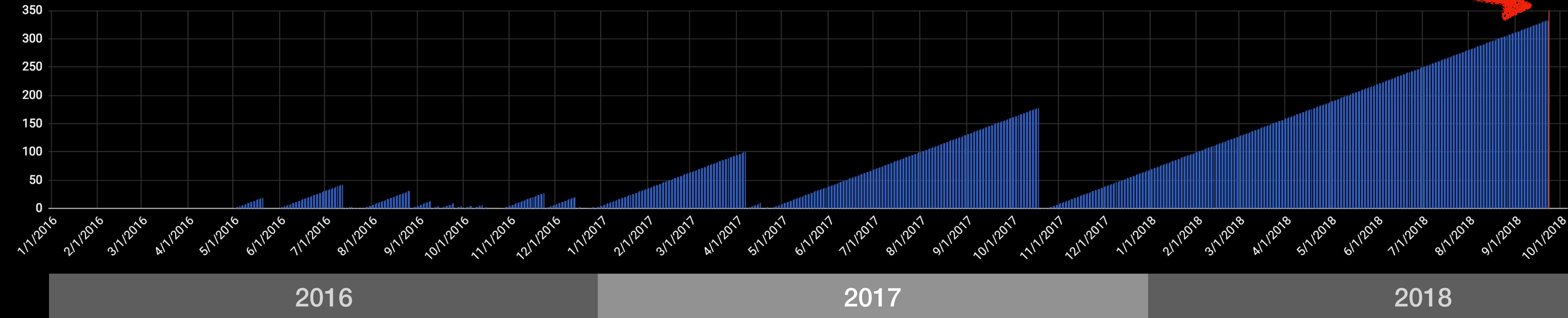


100 and 180 days without aspirins

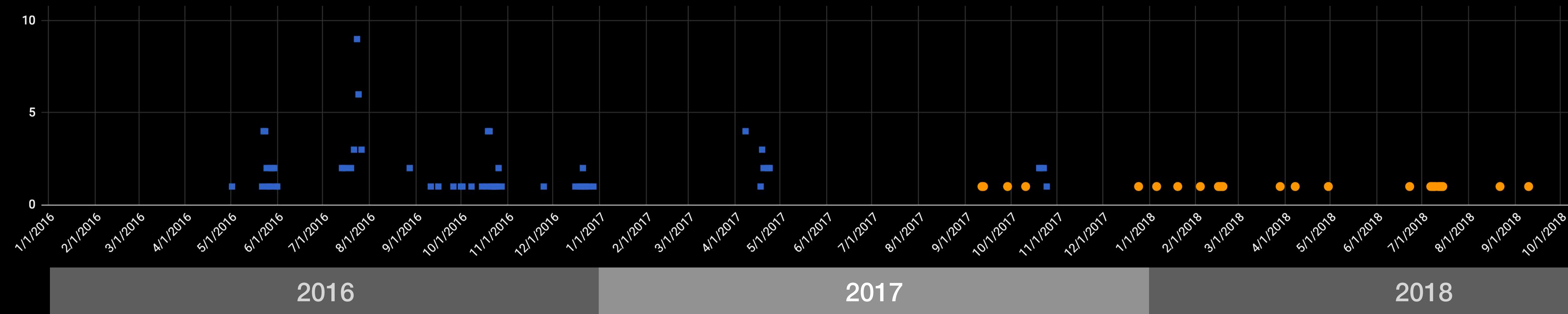


No aspirins in 2018

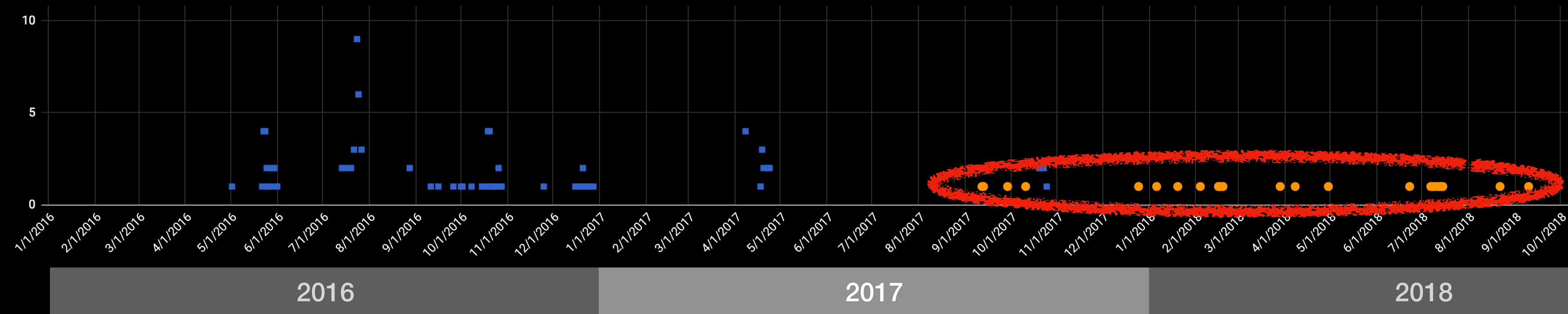
Days



Tracking urge



Tracking urge



Baseline — recalibrate intuition

Protocol — not obvious

Process — iterate and revise

Analyze — multiple plots

Documentation — lab notes

THANK YOU

JAKOB EG LARSEN
ASSOCIATE PROFESSOR, PHD
TECHNICAL UNIVERSITY OF DENMARK

CO-FOUNDER, TOTTI LABS
ORGANIZER QS COPENHAGEN

@JAKOBEGLARSEN

