

Sula dtógann tú é...

EOLAS

a bheith agat ar do chógais agus coimeád liosta

SEICEÁIL

go bhfuil an cógas ceart á úsáid agat ar an mbealach ceart

CUIR

ceist ar do ghairmí cúraim sláinte mura bhfuil tú cinnte



Cad is Mo Liosta Cógas ann?

Is liosta de na cógais agus forlíontaí go léir a thógann tú é Mo Liosta Cógas.

Cén fáth ar cheart dom é a úsáid?

Le liosta suas chun dáta a choimeád, is féidir cuidiú leat eolas a bheith agat ar do chuid cógas. Is féidir leis cabhair a thabhairt duit agus tú ag caint le gairmí cúraim sláinte maidir le do chuid cógas.

Cén chaoi ar cheart dom é a chomhlánú?

Ní mór go mbeadh do chógais go léir os do chomhair. Rogha eile is ea a iarraidh ar do chógaiseoir liosta a phriontáil amach duit. Déan cinnte go gcuireann tú gach cógas agus forlíonadh ordaithe, thar an gcuntar, traidisiúnta agus luibhe san áireamh.

Cén chaoi ar cheart dom é a úsáid?

Coimeád do liosta suas chun dáta. Tabhair leat é agus tú ag freastal ar aon choinne cúraim sláinte. B'fhéidir go mbeadh sé ina chabhair duit grianghraf den liosta seo a choimeád ar d'fhón.

Conas is féidir liom foirm eile a fháil?

Chun foirm eile a fháil, is féidir leat a phriontáil ó www.hse.ie/safermeds



Eolas do dhaoine a thógann cógais agus dá dteaghlach

Mo Liosta Cógas



EOLAS A BHEITH AGAT

SEICEÁIL

CUIR CEIST

Ainm mo chógaslaine	
Uimhir theileafóin 📞	
Ainm mo dhochtúra ghinearálta	
Uimhir theileafóin 📞	
Ainm teagmhála éigeandála	
Uimhir theileafóin 📞	

Mo chógais



M'ailléirgí agus conas mar a théann siad i bhfeidhm orm (Allergies):

Ainm

Dáta breithe

An dáta ar chomhlán-aigh mé an fhoirm seo

Ainm an chógais nó an fhorlíonaidh	Neart	An méid a thógaim gach uair	Tógaim é	Tógaim é gach lá (Tógaim / Ní thógaim)	Cén fáth a dtógaim é?	Mo nótaí
Mar shampla: Táibléid ABC	25mg	2 tháibléad	Uair amháin ar maidin	Tógaim	Do mo chroí	Tóg le bia é
Example: ABC Tablets	25mg	2 tablets	Once in the morning	Yes	For my heart	Take with food