

এটি ব্যবহারের পূর্বে...

জানুন

আপনার ঔষুধ জেনে দিন এবং একটি তালিকা রাখুন।

যাচাই করুন

সঠিক ঔষুধ সঠিক উপায়ে গ্রহণ করছেন কিনা যাচাই করুন।

জিজ্ঞাসা করুন

আপনি যদি অনিশ্চিত হন তাহলে আপনার পেশাদার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীকে জিজ্ঞাসা করুন।



আমার ঔষুধ তালিকা কি?

আমার ঔষুধ তালিকা হলো আপনি যে সকল ঔষুধ গ্রহন করেন তার একটি তালিকা।

কেন এটি আমার ব্যবহার করা উচিত?

হালনাগাদ করা একটি তালিকা আপনার ঔষুধ সম্পর্কে জানতে সাহায্য করবে। একজন পেশাদার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে আলোচনা করার সময় এটি আপনাকে সাহায্য করতে পারবে।

কিভাবে এটি আমার পূরণ করা উচিত?

আপনার সামনে আপনার সমস্ত ঔষুধ দরকার। আরেকটি বিকল্প হল আপনার ফার্মাসিস্টকে আপনার জন্য একটি তালিকা প্রিন্ট করতে বলা। নিশ্চিত করুন যে আপনি সমস্ত প্রেসক্রিপশন করা, ওভার-দ্য-কাউন্টার/ প্রেসক্রিপশন ছাড়া, ঐতিহ্যগত/ প্রাকৃতিক এবং ডেষজ ঔষুধ এবং সম্পূরকগুলি অন্তর্ভুক্ত করেছেন।

কিভাবে এটি আমার ব্যবহার করা উচিত?

আপনার তালিকা আপ টু ডেট/হালনাগাদ রাখুন। যেকোনো স্বাস্থ্যসেবা অ্যাপয়েন্টমেন্টে যোগ দেওয়ার সময় এটি আপনার সাথে আনুন। আপনার ফোনে এই তালিকার একটি ছবি রাখতে পারেন, এটি আপনার জন্য প্রয়োজনীয় হতে পারে।

আমি কিভাবে অন্য ফর্ম পেতে পারি?

আরেকটি কপি পেতে www.hse.ie/safermeds থেকে আপনি প্রিন্ট করতে পারেন।



যে ব্যক্তি ঔষুধ গ্রহণ করে তার এবং তার পরিবারের জন্য তথ্য

আমার ঔষুধ তালিকা



আমার ফার্মেসির নাম	
মোবাইল নাম্বার	
আমার পারিবারিক ডাক্তারের নাম	
মোবাইল নাম্বার	
জরুরি যোগাযোগের নাম	
মোবাইল নাম্বার	

i জানুন

v যাচাই করুন

? জিজ্ঞাসা করুন

