

इसे लेने से ठीक पहले...

जानना

आपकी दवाएँ
और एक सूची रखें

सुनिश्चित करें कि

आप उपयोग कर रहे हैं
सही दवा सही तरीके से

पूछना

आपका स्वास्थ्य
देखभाल पेशेवर यदि
आप अनिश्चित हैं



मेरी दवाओं की सूची क्या है?

मेरी दवाओं की सूची आपके द्वारा ली जाने वाली सभी दवाओं और पूरकों की एक सूची है।

मुझे क्यों इसका उपयोग करना चाहिए?

अद्यतन सूची रखने से आपको अपनी दवाओं के बारे में जानने में मदद मिल सकती है। किसी स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर के साथ अपनी दवाओं के बारे में चर्चा करते समय भी यह आपकी मदद कर सकता है।

मुझे इसे कैसे भरना चाहिए?

आपको अपनी सारी दवाएँ अपने सामने रखनी होंगी। दूसरा विकल्प यह है कि आप अपने फार्मासिस्ट से आपके लिए एक सूची प्रिंट करने के लिए कहें। सुनिश्चित करें कि आप सभी निर्धारित, ओवर-द-काउंटर, पारंपरिक और हर्बल दवाएँ और पूरक शामिल करें।

मुझे इसका उपयोग कैसे करना चाहिए?

अपनी सूची अद्यतन रखें। किसी भी स्वास्थ्य देखभाल नियुक्ति में भाग लेते समय इसे अपने साथ लाएँ। आपको यह उपयोगी लग सकता है इस सूची की एक फोटो अपने फोन पर रखने के लिए।

मुझे दूसरा फॉर्म कैसे मिल सकता है?

दूसरी प्रति प्राप्त करने के लिए आप यहां से प्रिंट कर सकते हैं

www.hse.ie/safermeds

HSE

दवाइयाँ लेने वाले लोगों
और उनके परिवारों के
लिए जानकारी

मेरा दवाइयाँ सूची



i पता है

✓ जाँच करना

? पूछना

मेरी फार्मसी का नाम	
फ़ोन नंबर	
मेरे पारिवारिक डॉक्टर का नाम	
फ़ोन नंबर	
आपातकालीन संपर्क नाम	
फ़ोन नंबर	

मेरी दवा



मेरी एलर्जी और मैं कैसे प्रतिक्रिया करता हूँ
(allergies):

नाम

जन्म की तारीख

जिस तारीख को मैंने
फार्म भरा था

दवा या अनुपूरक का नाम	ताकत	मैं हर बार कितना लेता हूँ	मैं इसे लेता हूँ	मैं इसे हर दिन लेता हूँ (हां/नहीं)	मैं इसे क्यों लेता हूँ?	मेरी टिप्पणियाँ
उदाहरण: एबीसी टैबलेट	25मिलीग्राम	2 गोलियां	एक बार सुबह	हाँ	मेरे दिल के लिए	भोजन के साथ ले लो
Example: ABC Tablets	25mg	2 tablets	Once in the morning	Yes	For my heart	Take with food