

सेवन गर्नु पहिले

चिन्नुहोस्

आफ्नो औषधिहरू चिन्नुहोस् र सूची राख्नुहोस्

जाँच गर्नुहोस्

सही औषधि सही तरिकाले प्रयोग गरिरहनुभएको छ भनी जाँच गर्नुहोस्

सोध्नुहोस्

यदि अनिश्चित हुनुहुन्छ भने आफ्नो स्वास्थ्यकर्मीलाई सोध्नुहोस्



मेरो औषधिहरूको सूची के हो?

मेरो औषधिहरूको सूची तपाईंले लिनुहुने सबै औषधि र पूरकहरूको सूची हो।

मैले यसलाई किन प्रयोग गर्नुपर्छ?

अद्यावधिक सूची राख्नाले तपाईंलाई आफ्नो औषधिहरू जान्न मद्दत गर्न सक्छ। स्वास्थ्यकर्मीसँग तपाईंको औषधिहरू छलफल गर्दा पनि यसले तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्छ।

मैले यसलाई कसरी भर्नु पर्छ?

तपाईंको सबै औषधिहरू तपाईंको आगाडि राख्नुहोस्। अर्को विकल्प भनेको तपाईंको फार्मासिस्टलाई तपाईंको लागि सूची प्रिन्ट गर्न सोध्नु हो। तपाईंले सबै निर्धारित, काउन्टरमा, परम्परागत र हर्बल औषधिहरू र पूरकहरू समावेश गर्नुभएको छ भनेर निश्चित गर्नुहोस्।

मैले यसलाई कसरी प्रयोग गर्नुपर्छ?

आफ्नो सूची अद्यावधिक राख्नुहोस्। कुनै पनि स्वास्थ्य जाँचमा उपस्थित हुँदा यसलाई साथमा ल्याउनुहोस्। आफ्नो फोनमा यो सूचीको फोटो राख्नु पनि तपाईंले उपयोगी पाउन सक्नुहुनेछ।

म कसरी अर्को फारम प्राप्त गर्न सक्छु?

अर्को प्रतिलिपि प्राप्त गर्न, तपाईंले www.hse.ie/safermeds बाट छाप्न सक्नुहुन्छ।



औषधि लिनेहरू र तिनीहरूका परिवारहरूको लागि जानकारी

मेरो औषधिहरू सूची



मेरो फार्मसीको नाम	
फोन नम्बर	
मेरो पारिवारिक डाक्टरको नाम	
फोन नम्बर	
आपतकालीन सम्पर्क नाम	
फोन नम्बर	

❗ चिन्नुहोस्

✅ जाँच गर्नुहोस्

❓ सोध्नुहोस्

