

আমার তথ্য

নাম:

জরুরি যোগাযোগ:

ফোন:

এনার্জি

(ওষুধ, খাবার, পতঙ্গের কামড় বা যেকোনো কিছু থেকে):

স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর নাম: _____

ফোন: _____

ফার্মেসি: _____

ফোন: _____

ঠিকানা: _____



আপনার ওষুধ নিতে মনে রাখার পরামর্শ

- প্রতিদিনের কাজ যেমন ব্রাশ করা, কুকুরকে হাটানো, সংবাদ দেখার মতো কাজ যেমন সময়ে করেন তেমনভাবে ওষুধ সময়ে নিন।
- একটি পিল বক্সে ওষুধ রাখুন।
- মোবাইল ফোন বা ঘড়িতে অ্যালার্ম সেট করে রাখুন।
- ফার্মাসিকে বলুন আপনার ওষুধ যেন পছন্দের ভাষায় লেবেল আটকে দেয়।
- আপনার বন্ধু বা পরিবারের কোনো সদস্যকে মনে পড়িয়ে দিতে বলুন।
- এই ওষুধের তালিকা ব্যবহার করুন এবং আপডেট রাখুন।



আমার ওষুধের তালিকা

HPD1X25938 – 6.17 (Bengali)

Bengali

NYC
Health

