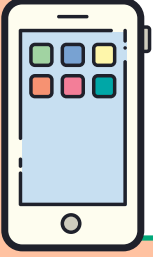


بزرگوں کے لیے ادویات کا انتظام (Medication Management For Elderly)

یاد دہانیوں کے لیے الارم سیٹ کریں

فون پر، نظام الاوقات کے مطابق ادویات لینے کے لیے گھڑی اور کھانے جیسے روزمرہ کے کاموں کے لیے اپنا وقت مقرر کریں



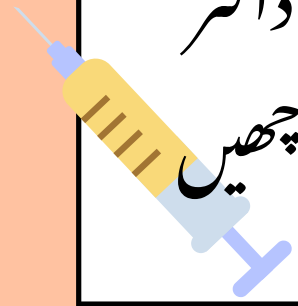
اپنی روزانہ کی دوائیوں کو منظم کریں

ہفتہ وار بنیاد پر اپنے گولی باکس کو بھریں۔ ایک ہی فارمیسی سے ترجیحی طور پر دوبارہ آرڈر کرنے کے لیے وقتاً فوقتاً دوائیوں کا اسٹاک چیک کریں



ویکسین کروائیں

جیسا کہ یہ بالغوں میں بیماریوں سے لڑنے کے لیے قوت مدافعت کو بڑھانے میں مدد کرتا ہے۔ اپنے ڈاکٹر سے اپنے نسخے کی قسم اور وقت کے بارے میں پوچھیں



اپنے ڈاکٹر کو مکمل طبی ڈیٹا فراہم کریں

نسخوں کی کاپیاں، ڈسچارج سمری، تشخیصی ٹیسٹ لیں اور خاندان کے کسی فرد یا نگہداشت کرنے والے کو لوپ میں رکھیں

