

ঔষধ সম্বন্ধে সজাগ হন

যেসকল ঔষধ খাচ্ছেন তা লিখে রাখুন।

- এতে রয়েছে প্রেসক্রিপশন, ওভার - দ্য কাউন্টার (প্রেসক্রিপশন ছাড়া) ঔষধ, ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য।
- কোনো অ্যালার্জি থাকলে লিখে রাখুন।

যদি আপনি অন্তঃসত্ত্বা হতে চান, গর্ভবতী হন বা ছোট শিশুকে স্তন্যদান করেন তাহলে ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্টকে জানান।

- কয়েকটা ঔষধ আপনার শিশুর জন্যে ক্ষতি হতে পারে।

ঔষধ খাওয়ার সময় মদ্যপান করা নিরাপদ কি না জেনে নিন।

- মদ্যপান করলে শরীরে ঔষধের প্রভাবে পরিবর্তন হতে পারে।

ঔষধ সম্বন্ধে কিছু প্রশ্ন থাকলে এদের যোগাযোগ করুন :

ডাক্তার

ফার্মাসিস্ট

পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার: 1-800-222-1222

1-212-POISONS

দিনে ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন



আপনার

ঔষধ বিষয়ক জ্ঞান



এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার
এন ওয়াই সি ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ অ্যাণ্ড মেন্টাল হাইজিন
বেলভিউ হসপিটাল সেন্টার
লিটারেসি পার্টনার্স, ইনক.
রিয়াল ওয়ার্ল্ড প্রডাকশন, ইনক.
© ২০০২ এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার



অনুদান দিচ্ছে
দ্য ফাইজার ফাউন্ডেশন

Bengali

আমার নতুন ঔষধের বিষয়ে কিভাবে জানতে পারব?

- তিনটা সহজ উপায় আছে।

১. আপনার ডাক্তারকে
জিজ্ঞাসা করুন।



২. আপনার ফার্মাসিস্টকে
জিজ্ঞাসা করুন।



৩. লেবেল পড়ুন।



নতুন ঔষধ শুরু করার আগে আমি কি জিজ্ঞাসা করব?

- আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে এই প্রশ্নগুলি করুন :

আমার ঔষধের নাম কি?

কয়েকটা ঔষধের দুটো নাম আছে।
একটা ব্র্যান্ড নাম। অন্যটা জেনেরিক নাম।

আমার ঔষধ কিসের জন্য ব্যবহার করা হচ্ছে?

জেনে নিন আপনার ঔষধ কিসে সাহায্য করবে :

- উপসর্গ সারিয়ে তুলতে
- রোগ প্রতিরোধ করতে
- রোগ সারিয়ে তুলতে

কিভাবে আমার ঔষধ খাবো?

জিজ্ঞাসা করুন :

- কখন খেতে হবে
- কতটা খেতে হবে
- কতদিন যাবৎ খেতে হবে
- খাবারের সাথে খেতে হবে, না কি আলাদাভাবে খেতে হবে

কি ধরনের পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হতে পারে?

কি হতে পারে জেনে নিন।

অতি পরিচিত পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া :

- মাথা ধরা
- পেটের গোলমাল

ঔষধের ডোস খেতে ভুলে গেলে কি করব?

ঔষধের কোনো ডোস খেতে ভুলে গেলে আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টের
সঙ্গে কথা বলুন। কি করতে হবে জেনে নিন।

ঔষধ সম্বন্ধে সজাগ হন

যেসকল ঔষধ খাচ্ছেন তা লিখে রাখুন।

- এতে রয়েছে প্রেসক্রিপশন, ওভার - দ্য কাউন্টার (প্রেসক্রিপশন ছাড়া) ঔষধ, ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য।
- কোনো অ্যালার্জি থাকলে লিখে রাখুন।

যদি আপনি অন্তঃসত্ত্বা হতে চান, গর্ভবতী হন বা ছোট শিশুকে স্তন্যদান করেন তাহলে ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্টকে জানান।

- কয়েকটা ঔষধ আপনার শিশুর জন্যে ক্ষতি হতে পারে।

ঔষধ খাওয়ার সময় মদ্যপান করা নিরাপদ কি না জেনে নিন।

- মদ্যপান করলে শরীরে ঔষধের প্রভাবে পরিবর্তন হতে পারে।

ঔষধ সম্বন্ধে কিছু প্রশ্ন থাকলে এদের যোগাযোগ করুন :

ডাক্তার

ফার্মাসিস্ট

পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার: 1-800-222-1222

1-212-POISONS

দিনে ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন



ঔষধের নিরাপত্তা



এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার
এন ওয়াই সি ডিপার্টমেন্ট অফ হেলথ অ্যাণ্ড মেন্টাল হাইজিন
বেলভিউ হসপিটাল সেন্টার
লিটারেসি পার্টনার্স, ইনক.
রিয়াল ওয়ার্ল্ড প্রডাকশন, ইনক.
© ২০০২ এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার



অনুদান দিচ্ছে
দ্য ফাইজার ফাউন্ডেশন

Bengali

কেমন করে আমার ঔষধ নিরাপদভাবে নেব?

- লক্ষ্য রাখবেন, সঠিক পরিমাণ ঔষধ খাবেন। আপনি নিশ্চিতভাবে না জানলে ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন। কখন খাচ্ছেন লক্ষ্য রাখবেন।
- অ্যান্টিবায়োটিক সেবন করলে অবশ্যই সবকটা খাবেন। শরীর ভালো লাগছে বলে ঔষধ খাওয়া বন্ধ করবেন না।
- ঔষধ কখনও ভাগ করে খাবেন না। অন্যজনের জন্যে সেটা সঠিক ঔষধ নাও হতে পারে।
- ঔষধের মেয়াদকাল কবে ফুরিয়ে যাবে দেখে নিন। পুরনো ঔষধ জমিয়ে রাখবেন না।
- ঔষধে প্রতিকূল প্রতিক্রিয়া হলে ডাক্তার ও ফার্মাসিস্টকে কল করুন।
- আর কোন কোন ঔষধ খাচ্ছেন ডাক্তার ও ফার্মাসিস্টকে জানিয়ে দিন। কয়েকটা ঔষধ অন্য ঔষধের সঙ্গে খেলে প্রতিকূল প্রভাব পড়ে।



রোগী কোন কোন ঔষধ খাচ্ছে তা ডাক্তারকে জানাচ্ছেন।

কেমন করে আমার শিশুকে নিরাপদভাবে ঔষধ দেব?

- লক্ষ্য রাখবেন ঔষধগুলি যেন ছোট ছেলেমেয়েদের জন্য নিরাপদ হয়।
- ঔষধকে “ক্যান্ডি” বলবেন না।
- শিশুদের ঔষধের জন্য বিশেষভাবে তৈরী পরিমাপক যেমন পরিমাপক - চামচ বা ড্রপার ব্যবহার করবেন।
- শিশু অন্য কোনো ঔষধ নিচ্ছে কিনা তা ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে জানান। কয়েকটা ঔষধ একসঙ্গে খেলে ভালো ফল পাওয়া যায় না।

ঔষধ বিষয়ক নিরাপত্তা টিপস্

পরিষ্কারভাবে দেখার বিষয়ে নিশ্চিত হন। ঔষধ সম্পর্কিত কোন ভুল আপনার জন্যে কাঙ্ক্ষিত নয়।

চশমা পরে নিন।

আলো জ্বালিয়ে নিন।



ছোট ছেলেমেয়েদের নাগালের বাইরে ঔষধ রাখুন।

শিশু-প্রতিরোধক ঢাকনা ব্যবহার করুন।

তালাবদ্ধ আলমারিতে ঔষধ রাখুন।



ঔষধ সম্বন্ধে সজাগ হন

যেসকল ঔষধ খাচ্ছেন তা লিখে রাখুন।

- এতে রয়েছে প্রেসক্রিপশন, ওভার - দ্য কাউন্টার (প্রেসক্রিপশন ছাড়া) ঔষধ, ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য।
- কোনো অ্যালার্জি থাকলে লিখে রাখুন।

যদি আপনি অন্তঃসত্ত্বা হতে চান, গর্ভবতী হন বা ছোট শিশুকে স্তন্যদান করেন তাহলে ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্টকে জানান।

- কয়েকটা ঔষধ আপনার শিশুর জন্যে ক্ষতি হতে পারে।

ঔষধ খাওয়ার সময় মদ্যপান করা নিরাপদ কি না জেনে নিন।

- মদ্যপান করলে শরীরে ঔষধের প্রভাবে পরিবর্তন হতে পারে।

ঔষধ সম্বন্ধে কিছু প্রশ্ন থাকলে এদের যোগাযোগ করুন :

ডাক্তার

ফার্মাসিস্ট

পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার: 1-800-222-1222
1-212-POISONS

দিনে ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন



আপনার প্রেসক্রিপশন ঔষধ



এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার
এন ওয়াই সি ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ অ্যাণ্ড মেন্টাল হাইজিন
বেলভিউ হসপিটাল সেন্টার
লিটারেসি পার্টনার্স, ইনক.
রিয়াল ওয়ার্ল্ড প্রডাকশন, ইনক.
© ২০০২ এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার



অনুদান দিচ্ছে
দ্য ফাইজার ফাউন্ডেশন

Bengali

প্রেসক্রিপশন - ঔষধ কি?

- এটা লাইসেন্সপ্রাপ্ত স্বাস্থ্য ব্যবস্থাপক (হেল্থ কেয়ার প্রোভাইডার)-এর নির্দেশমাত্মক ঔষধের ব্যবস্থাপত্র
 - ডাক্তার
 - নার্স প্র্যাকটিসনার
 - ফিজিসিয়ান অ্যাসিস্টেন্ট (চিকিৎসক - সহায়ক)
 - ডেন্টিস্ট (দাঁতের ডাক্তার)
- এগুলি ঔষধের দোকানে পাওয়া যায়

প্রশ্ন এবং উত্তর

প্রশ্ন: রাত্রিবেলা, ছুটির দিনে অথবা সপ্তাহ-শেষে আমার ঔষধ সম্বন্ধে যদি কিছু জিজ্ঞাসা থাকে তাহলে?

উত্তর : পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার-এ কল করুন। সেখানে সবসময় একজন ফার্মাসিস্ট বা নার্স থাকেন। বিনামূল্যে উপদেশ পাওয়া যায়।

কল করুন

1-800-222-1222

অথবা

1-212-POISONS
(1-212-764-7667)



কি পরিমাণ প্রেসক্রিপশন-ঔষধ খেতে হবে?

- আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে জিজ্ঞাসা করুন। তাছাড়া লেবেল-এর লেখা পড়ুন। আপনার জানা দরকার :
 - কতটা ঔষধ খেতে হবে
 - কতবার তা খেতে হবে
 - কখন খেতে হবে
 - কতটা রিফিল পাওয়া যাবে

আরএক্সঃ ২৪০৫৬৬

রাতে শুয়ার সময় ১টা ট্যাবলেট নিন

“ড্রাগ-এ” ৫ এমজি ট্যাবলেট

০৬-০৯-২০০২ এর আগে ৫ বার রিফিল

পরিমাণ : ৬০

প্রেসক্রিপশন-লেবেলে নির্দেশাবলীর নমুনা

আমার ঔষধ সম্বন্ধে আর কি জানা দরকার?

- বোতলে সংযুক্ত স্টিকার দেখুন। তাতে হয়ত লেখা থাকবে :
 - ঔষধ খাওয়ার নির্দেশ
 - পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া সম্বন্ধে সতর্কীকরণ
 - সংরক্ষণের নির্দেশাবলী

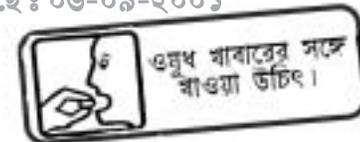
০৬-০৯-২০০২ এর আগে ৫ বার রিফিল করুন

পরিমাণ : ৬০

যে তারিখে ভরা হয়েছে : ০৬-০৯-২০০১

মেয়াদকাল :

০৬-০৯-২০০২



ফার্মাসিস্ট-স্টিকারের নির্দেশাবলীর নমুনা

ঔষধ সম্বন্ধে সজাগ হন

যেসকল ঔষধ খাচ্ছেন তা লিখে রাখুন।

- এতে রয়েছে প্রেসক্রিপশন, ওভার-দ্য কাউন্টার (প্রেসক্রিপশন ছাড়া) ঔষধ, ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য।
- কোনো অ্যালার্জি থাকলে লিখে রাখুন।

যদি আপনি অন্তঃসত্ত্বা হতে চান, গর্ভবতী হন বা ছোট শিশুকে স্তন্যদান করেন তাহলে ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্টকে জানান।

- কয়েকটা ঔষধ আপনার শিশুর জন্যে ক্ষতি হতে পারে।

ঔষধ খাওয়ার সময় মদ্যপান করা নিরাপদ কি না জেনে নিন।

- মদ্যপান করলে শরীরে ঔষধের প্রভাবে পরিবর্তন হতে পারে।

ঔষধ সম্বন্ধে কিছু প্রশ্ন থাকলে এদের যোগাযোগ করুন :

ডাক্তার

ফার্মাসিস্ট

পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার: 1-800-222-1222
1-212-POISONS

দিনে ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন



আপনার

ওভার-দ্য- কাউন্টার ঔষধ



এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার
এন ওয়াই সি ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ অ্যাণ্ড মেন্টাল হাইজিন
বেলভিউ হসপিটাল সেন্টার
লিটারেসি পার্টনার্স, ইনক.
রিয়াল ওয়ার্ল্ড প্রডাকশন, ইনক.
© ২০০২ এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার



অনুদান দিচ্ছে
দ্য ফাইজার ফাউন্ডেশন

Bengali

ওভার-দ্য কাউন্টার (ওটিসি) ঔষধ কি?

- যে ঔষধ প্রেসক্রিপশন ছাড়া পাওয়া যায়।
- যা ঔষধের দোকান ও সুপারমার্কেটে পাওয়া যায়।



কয়েকটা ওভার - দ্য কাউন্টার ঔষধ

কিভাবে ওটিসি ঔষধ বেছে নেব?

- আপনার ফার্মাসিস্ট বা ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন।
 - আপনার রোগের উপসর্গ জানান। কোন্ ঔষধ ব্যবহার করতে হবে জেনে নিন।
 - দ্রুত সুস্থ বোধ না করলে তাদেরকে জানান।
- লেবেল পড়ে দেখুন।
 - উপসর্গের তালিকা তৈরী করে নিন।
 - লেবেল-এ লেখা উপসর্গের সঙ্গে মিলিয়ে নিন।

কিভাবে জানবো কতটা ঔষধ নিতে হবে?

- লেবেল পড়ুন। আপনি জানতে পারবেন :
 - কতবার নিতে হবে
 - কখন নিতে হবে
 - কেবল প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য কি না

নির্দেশ	
প্রাপ্তবয়স্ক এবং ১২ বছর ও তার চেয়ে বড় ছেলেমেয়েদের জন্য	প্রতি ৪ থেকে ৬ ঘন্টায় ২ টি ট্যাবলেট। ২৪ ঘন্টায় ১২ টি ট্যাবলেটের বেশী না।
৬ বছর থেকে ১২ বছরের কমবয়সী শিশুদের জন্য	প্রতি ৪ থেকে ৬ ঘন্টায় ১ টি ট্যাবলেট। ২৪ ঘন্টায় ৬ টি ট্যাবলেটের বেশী না।

লেবেল-এ নির্দেশের একটি উদাহরণ

কিভাবে জানবো ঔষধটা আমার জন্য নিরাপদ কি না?

- লেবেল-এ সতর্কীকরণ পড়ে নিন। তাতে হয়ত লেখা থাকবে :
 - চিকিৎসাগত সমস্যার জন্য কার ঐ ঔষধ খাওয়া নিষেধ
 - কখন ডাক্তার ডাকতে হবে
 - যে সব পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হতে পারে
 - কি কি কাজ করা নিষেধ (যেমন গাড়ি চালানো)
 - অতিরিক্ত ঔষধ খেলে কাকে ডাকবেন

সতর্কীকরণ
যদি এসব সমস্যা থাকে তাহলে আগে ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন <ul style="list-style-type: none"> • গ্লুকোমা • এন্টিবায়োটিক বা কঠিন ব্রঙ্কাইটিসের মত শ্বাস কষ্ট • বড় হয়ে যাওয়া প্রস্টেট গ্ল্যান্ডের ফলে প্রস্রাবে সমস্যা
অন্য কোনো ঔষধ ব্যবহার করলে এই ঔষধ সেবন করার আগে ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে জিজ্ঞাসা করুন।
শিশুদের নাগালের বাইরে রাখুন

লেবেল-এ সতর্কীকরণের নমুনা

ঔষধ সম্বন্ধে সজাগ হন

যেসকল ঔষধ খাচ্ছেন তা লিখে রাখুন।

- এতে রয়েছে প্রেসক্রিপশন, ওভার - দ্য কাউন্টার (প্রেসক্রিপশন ছাড়া) ঔষধ, ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য।
- কোনো অ্যালার্জি থাকলে লিখে রাখুন।

যদি আপনি অন্তঃসত্ত্বা হতে চান, গর্ভবতী হন বা ছোট শিশুকে স্তন্যদান করেন তাহলে ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্টকে জানান।

- কয়েকটা ঔষধ আপনার শিশুর জন্যে ক্ষতি হতে পারে।

ঔষধ খাওয়ার সময় মদ্যপান করা নিরাপদ কি না জেনে নিন।

- মদ্যপান করলে শরীরে ঔষধের প্রভাবে পরিবর্তন হতে পারে।

ঔষধ সম্বন্ধে কিছু প্রশ্ন থাকলে এদের যোগাযোগ করুন :

ডাক্তার

ফার্মাসিস্ট

পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার: 1-800-222-1222
1-212-POISONS

দিনে ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন



ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য



এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার
এন ওয়াই সি ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ অ্যাণ্ড মেন্টাল হাইজিন
বেলভিউ হসপিটাল সেন্টার
লিটারেসি পার্টনার্স, ইনক.
রিয়াল ওয়ার্ল্ড প্রডাকশন, ইনক.
© ২০০২ এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার



অনুদান দিচ্ছে
দ্য ফাইজার ফাউন্ডেশন

Bengali

ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য ঔষধ কি?

- ভিটামিন ও ভেষজ প্রাকৃতিকভাবে বেশিরভাগ খাবারে পাওয়া যায়।
- ভেষজ-এ কিছু সক্রিয় উপাদান আছে যা গাছপালা থেকে পাওয়া যায়।
- এগুলি প্রেসক্রিপশন ছাড়াই ওটিসি-তে পাওয়া যায়।
- এগুলি হেল্থ - ফুড স্টোর, ড্রাগ স্টোর থেকে ক্রয় করা যায়।



কয়েকটা ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য

ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ নিরাপদ কিনা কিভাবে বুঝবো?

- আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে জিজ্ঞাসা করুন।
 - আপনার স্বাস্থ্যের বিষয়ে তাদেরকে জানান।
 - ভিটামিন, ভেষজ বা খনিজ দ্রব্য উপকারে আসবে কি না জনে নিন।
 - আর কি কি ঔষধ খাচ্ছেন তা জানিয়ে দিন।
 - কয়েকটা ঔষধ একত্রে ভাল কাজ করে না।

আমি কিভাবে ভিটামিন, ভেষজ বা খনিজ খাবো?

- আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে জিজ্ঞাসা করুন :
 - কতটা খেতে হবে
 - কখন খেতে হবে
 - যেসব পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া হতে পারে
 - খাবারের সাথে খেতে হবে, না কি আলাদাভাবে খেতে হবে

ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্যের উদাহরণ :

- ভিটামিন সি (ভিটামিন)
- সেন্ট জন্স ওয়র্ট (ভেষজ)
- জিনসেং (ভেষজ)
- আয়রন (খনিজ)

ঔষধ সম্বন্ধে সজাগ হন

যেসকল ঔষধ খাচ্ছেন তা লিখে রাখুন।

- এতে রয়েছে প্রেসক্রিপশন, ওভার - দ্য কাউন্টার (প্রেসক্রিপশন ছাড়া) ঔষধ, ভিটামিন, ভেষজ ও খনিজ দ্রব্য।
- কোনো অ্যালার্জি থাকলে লিখে রাখুন।

যদি আপনি অন্তঃসত্ত্বা হতে চান, গর্ভবতী হন বা ছোট শিশুকে স্তন্যদান করেন তাহলে ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্টকে জানান।

- কয়েকটা ঔষধ আপনার শিশুর জন্যে ক্ষতি হতে পারে।

ঔষধ খাওয়ার সময় মদ্যপান করা নিরাপদ কি না জেনে নিন।

- মদ্যপান করলে শরীরে ঔষধের প্রভাবে পরিবর্তন হতে পারে।

ঔষধ সম্বন্ধে কিছু প্রশ্ন থাকলে এদের যোগাযোগ করুন :

ডাক্তার

ফার্মাসিস্ট

পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার: 1-800-222-1222
1-212-POISONS

দিনে ২৪ ঘন্টা, সপ্তাহে ৭ দিন



আপনার মেডিক্ল অ্যাপয়েন্টমেন্ট



এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার
এন ওয়াই সি ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ অ্যাণ্ড মেন্টাল হাইজিন
বেলভিউ হসপিটাল সেন্টার
লিটারেসি পার্টনার্স, ইনক.
রিয়াল ওয়ার্ল্ড প্রডাকশন, ইনক.
© ২০০২ এন ওয়াই সি পয়জন কন্ট্রোল সেন্টার



অনুদান দিচ্ছে
দ্য ফাইজার ফাউন্ডেশন

Bengali

মেডিকেল অ্যাপয়েন্টমেন্ট-এর জন্য আমি কিভাবে প্রস্তুত হবো?

- আপনার রোগের উপসর্গ লিখে রাখুন।
- আপনি যে ঔষধ খাচ্ছেন তার নাম লিখে রাখুন।
- যে সব প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে চান সেগুলি লিখে রাখুন।
- এই তথ্যগুলি নিজের সাথে রাখুন।

আপনি যেসব প্রশ্ন করতে পারেন (উত্তর লিখে নিন)

আগেকার কোন রোগ থাকলে সেগুলি কি?

আপনার পরিবারে কোনো স্বাস্থ্য সমস্যা থাকলে সেগুলি কি?

আপনি কিসের অপারেশন করিয়েছেন?

আপনার কোনো অ্যালার্জী আছে কি?



অ্যাপয়েন্টমেন্ট-এর সময় আমি কি করবো?

- আপনি কেন সেখানে গেছেন তা ডাক্তার বা ফার্মাসিস্টকে জানান।
- আপনার রোগের উপসর্গের ব্যাপারে তাদের জানান
- কি কি ঔষধ খাচ্ছেন তা জানান।
- কিছু বুঝতে অসুবিধা হলে প্রশ্ন করুন।

ডাক্তার আমার সঙ্গে আবার দেখা করতে চাইলে আমি কি করবো ?

- অফিস ছেড়ে যাওয়ার আগে পরবর্তী সাক্ষাৎকারের সময় ঠিক করে নিন।
- অ্যাপয়েন্টমেন্ট কার্ড চেয়ে নিন।
- কার্ডটা এমনভাবে রাখুন যেখান থেকে তা প্রায়শঃ দেখা যায়।
- পরের সাক্ষাৎের সময় ও তারিখ ক্যালেন্ডারে লিখে রাখুন।

আপনার পরবর্তী অ্যাপয়েন্টমেন্ট	
সোমবার ৬-১০-০২	
বিকেল	৩ঃ০০ টায়
ডা. দিখা	এক্স-রে-আনুন
৩২ মেইন স্ট্রিট	২১২ ৩৩৩ ৫৫৫৫
নিউ ইয়র্ক, এন ওয়াই ১২৩৪৫	

অ্যাপয়েন্টমেন্ট কার্ডের একটি নমুনা