

ສືບຕໍ່ກິນຢາຮັກສາພະຍາດປອດ ແຫ້ງ (TB) ຂອງທ່ານ

Keep taking your TB medicine



ຈື່ການນັດໝາຍເວລາໄປຫາທ່ານໝໍຂອງທ່ານໃນຄັ້ງຕໍ່ໄປໄວ້.

Remember your next doctor visit.

ເດືອນ Month							
ວັນ Day	ວັນອາທິດ Sunday	ວັນຈັນ Monday	ວັນອັງຄານ Tuesday	ວັນພຸດ Wednesday	ວັນພະຫັດ Thursday	ວັນສຸກ Friday	ວັນເສົາ Saturday
ວັນທີ Date							



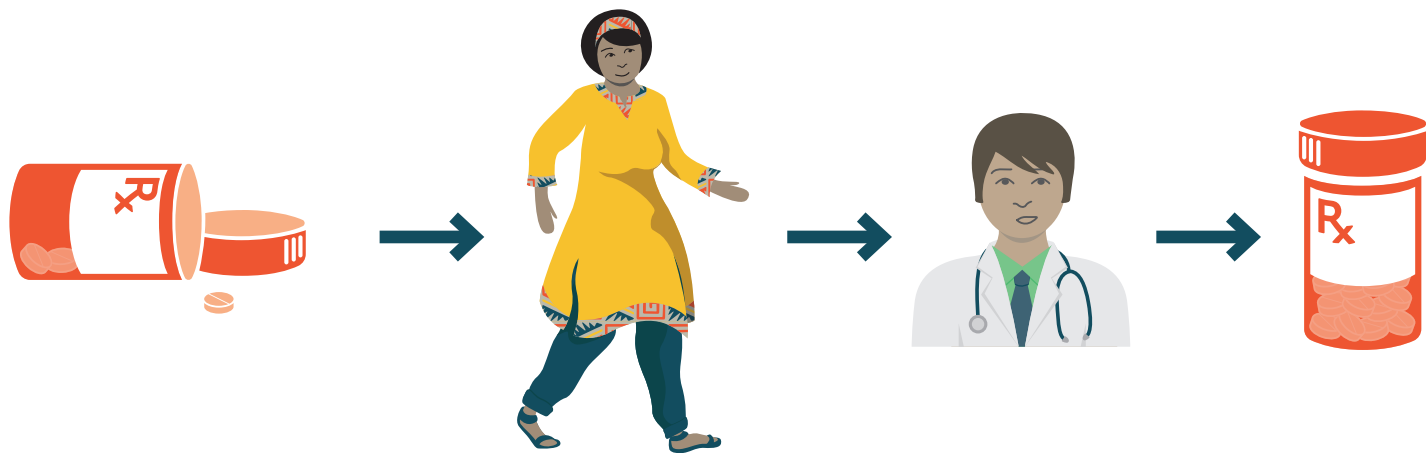
ຕອນເຊົ້າ
Morning

ຕອນສວຍ
Afternoon

ກາງຄືນ
Night

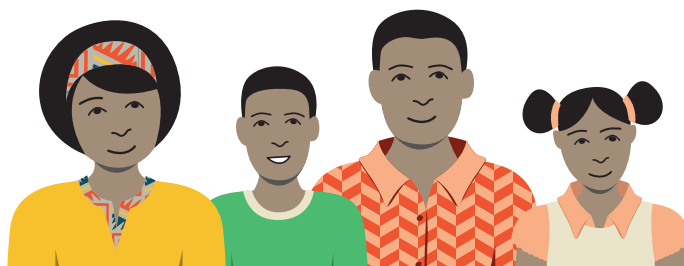
ທ່ານຈະໄດ້ຮັບຢາເພີ່ມໃນການໄປຫາທ່ານໝໍຂອງທ່ານຄັ້ງຕໍ່ໄປ.

You will get more medicine at your next visit.



ກິນຢາຮັກສາພະຍາດປອດແຫ້ງ (TB), ທ່ານສາມາດປ້ອງກັນການຕິດ ເຊື້ອປອດແຫ້ງ (TB) ແລະ ຮັກສາຄອບຄົວຂອງທ່ານໃຫ້ປອດໄພໄດ້!

By taking your TB medicine, you can prevent TB disease and keep your family healthy!



ກິນຢາຮັກສາພະຍາດປອດແຫ້ງ (TB) ຂອງທ່ານທຸກໆຄັ້ງ

Take your TB medicine every time

ເຮັດໃຫ້ມັນເປັນສ່ວນໜຶ່ງໃນວຽກປະຈຳວັນຂອງທ່ານ

Make it part of your day



- ☐ ເກັບຮັກສາຢາຂອງທ່ານໄວ້ຢູ່ບ່ອນດຽວ, ເຊັ່ນ ຢູ່ຕໍ່ໜ້າຕຽງນອນຂອງທ່ານ ຫຼື ຢູ່ເທິງອ່າງລ້າງ.

Keep your medicine in one place, like next to your bed or above the sink.



- ☐ ກິນຢາຂອງທ່ານໃຫ້ເປັນເວລາດຽວກັນ, ເຊັ່ນ ເມື່ອທ່ານຖູ່ແຂ້ວແລ້ວ.

Take your medicine at the same time, like when you brush your teeth.



- ☐ ໃຊ້ກ່ອງຢາ ເພື່ອຈັດຢາໄວ້ໃຫ້ເປັນລະບຽບ (ໃຫ້ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນຄັ້ງທຳອິດ).

Use a pillbox to keep organized (ask for help the first time).



- ☐ ຂຽນບັນທຶກຫຍໍ້ໄວ້ສຳລັບຕົວທ່ານເອງ, ແລະ ເອົາມັນໄວ້ຢູ່ປະຕູຕູ້ເຢັນ ຫຼື ແວ່ນຫ້ອງນ້ຳ.

Write yourself a note, and put it on the refrigerator door or bathroom mirror.



- ☐ ໃຊ້ປະຕິທິນ ເພື່ອໝາຍໄວ້ວ່າ ທ່ານກິນຢາສຳລັບວັນນັ້ນໆແລ້ວ.

Use a calendar to check off the days you have taken your medicine.

ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ

Get support



- ☐ ຂໍໃຫ້ສະມາຊິກຄອບຄົວ ຫຼື ໝູ່ຊ່ວຍທ່ານຈື່ນຳ.

Ask a family member or friend to help you remember.

ທ່ານເຮັດແນວໃດ ເພື່ອໃຫ້ຈື່ໄດ້?

What do you do to remember? _____