

Safe, Smart and Healthy – Keys to Success in Your New Home
Medications and Home Remedies - 1
BHUTANESE

<p>ཨམ་ལི་གི་ ཨ་ཏྲུག་རང་སྤྲོད་བཅོས་ལས་སྤྲོད་ཉོ་བ་ཅིན་ གཟུགས་གཟུགས་སྤྲོ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡིན། དེ་ལུ་བཀོད་འཛིན་མ་དགོ་པའི་སྤྲོད་ཚུལ་ཟེར་སྤྲོད་ཡིན། དེ་ཡང་གཅི་ཅི་བཅོས་མོ་ཟེར་བ་ཅིན་དུང་འཚོ་གིས་སྤྲོད་ཡིག་མེད་ཅུང་ཉེ་ཚོག་ནི་དེ་གིས་སྤྲོད་ ཡིན། ག་དེ་ཅི་ག་སྤྲོད་ཚུལ་ལོ་སྤྲོད་པའི་སྤྲོད་ཀྱི་མིང་མ་ཤེས་པ་དང་ ཡང་ཅིན་དེ་བ་དེ་ཡོད་པ་ཅིན་སྤྲོད་བཅོས་ལུ་འདྲི་དགོ། སྤྲོད་བཅོས་ལུ་འདྲི་ཚུ་ དུང་འཚོ་གི་སྤྲོད་ཡིག་དགོ་དང་མི་དགོ་སྤྲོད་རིགས་ག་རུ་དམིགས་གསལ་གྱི་སྤྲོད་བཅོས་ཡོ་ དམི་ཡིན།</p>	<p>Mrs. Li is always careful when she uses medicines she purchased at the grocery store or drug store. These are called “over the counter” medicines because you can buy them without needing a doctor’s prescription.</p> <p>If you don’t know the name of the medicine you need or have any questions, ask the pharmacist. This is a person with special training about medicines—including medicines that don’t require a prescription.</p>
<p>ཨམ་ལི་གིས་ བཀོད་རྒྱ་འདྲི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་སྤྲོ་ལྷག་སྤྲོ་ ཤོ་དོན་དང་འཁྲིལ་ཏེ་རང་ལག་ལེན་འཐབ་དེ་ཡོད་པ་མས། སྤྲོད་རིགས་འདྲི་ཚུ་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་ཅིན་འདྲི་གིས་མ་གྲོགས་པ་ དྲག་ནི་མེད་པ་ལས་ ཚད་ལས་བརྒལ་ཏེ་ནམ་ཡང་བཟའ་ནི་མི་འོང། ཨ་ལོ་ལུ་སྤྲོད་མ་གྱིན་པའི་ཉེ་མ་སྤྲོད་ཀྱི་བཀོད་རྒྱ་འདྲི་ཚུ་ལེགས་ཤོམ་འབད་ལྷག་དགོ་ །རེ་ཚེ་སྤྲོད་མ་ཨ་ལོ་ཚུ་ལུ་སྤྲོད་ཉུང་སྤྲོད་དགོ་དང་ མ་པ་ལས་གྱིན་མ་དགོ་བ་ དེ་ལས་སྤྲོད་མ་འདྲུལ་སྤྲོད་ཀྱི་དགོ་བ་ཡིན། སྤྲོད་ཚུང་འང་ནང་ལས་ཉོ་མི་སྤྲོད་འདྲི་གིས་ཚོད་ལུ་མ་ཕན་པ་ཅིན་དུང་འཚོ་ཡོད་པ་འགྲོ་དགོ། །</p>	<p>She always reads the directions carefully and only uses them for their intended purpose. Do not take more medicine than is indicated in the instructions—it will not make you feel better any faster.</p> <p>Be careful to read the instructions about giving medicines to children. Sometimes, they need smaller amounts, a completely different version of the medicine, or shouldn’t take it at all.</p> <p>If you don’t get better after taking medicines you purchase at the store, go see a doctor.</p>

Text is from 'Safe, Smart and Healthy: Keys to Success in Your New Home' created by the Ohio Department of Job and Family Services - Refugee Services Section. This handout has been funded in whole or in part with Federal funds from the National Library of Medicine, National Institutes of Health, Department of Health and Human Services, under Blanket Purchase Agreement No. HHSN276201400002B.