

सुरक्षित, तीक्ष्ण तथा स्वस्थ: तपाईंको नयाँ घरमा सफलताको कुञ्जी

औषधिमुलो तथा घरेलु औषधिहरू - 2

Safe, Smart and Healthy – Keys to Success in Your New Home Medications and Home Remedies – 2

NEPALI

<p>अरूबेला, श्रीमती लि डाक्टरकोमा गएर डाक्टरले पुर्जी दिएका थिए । तपाईंलाई भएको विशेष समस्याका लागि पुर्जी दिइन्छ । आफुले लिँदै गरेको सबै औषधि या उपचारबारे डाक्टरलाई भन्न नभुल्नुहोला, अन्य औषधि या घरेलु उपचार लयागत ।</p>	<p>Other times, Mrs. Li has gone to the doctor's office and been given a prescription by the doctor. A prescription is for medicine that will treat a specific problem you have. Make sure you tell your doctor about all the medicines or cures you are taking, including other prescriptions and home remedies.</p>
<p>केही औषधिहरू डाक्टरको पुर्जीबाट मात्र पाउन सकिनेछ । तपाईंले डाक्टरको कार्यालयबाट फर्कदाँ, औषधि लिनका लागि आफ्नो बिमा कार्डका साथै पुर्जीलाई फार्मासिमा लानुहोस् । तपाईंको बिमाको किसिमको आधारमा, हरेक पुर्जीमा लेखेको औषधिको रकमको केही भाग तपाईंले तिर्नुपर्ने हुनुसक्छ ।</p>	<p>Some medicines you can only get with a prescription from your doctor. When you leave the doctor's office, you take the prescription to the pharmacy with your insurance card to get the medicine. Depending on what kind of insurance you have, you may have to pay part of the cost for each prescription.</p>
<p>डाक्टर र औषधि दिने फार्मासिस्टले दिएको निर्देशनहरू पालना गर्नु एकदम जरूरी छ । यदि तपाईंले निर्देशनहरू बुझ्नुभएन भने, दोहोर्याउन लाउनुहोस्, अथवा एकजना दोभाषेको लागि अनुरोध गर्नुहोस् ।</p> <p>उनीहरूले भनेको <i>जति मात्र</i> औषधि लिनुहोस् । उनीहरूले भनेको अनुसार दिनको निर्धारित समयहरूमा लिनुहोस् । तथा उनीहरूले भनेको अनुसार दिन या हप्ता सम्मको लागि <i>लिइराख्नुहोस्</i> ।</p> <p>परिवार या साथिहरूमा औषधि नबाँड्नुहोला । डाक्टरले लेखेको औषधि उक्त विरामीले मात्र लिनुहुन्छ ।</p>	<p>It is extremely important that you follow the instructions given to you by your doctor and the pharmacist who gives you the medicine. If you do not understand the instructions, ask for them to be repeated, or request an interpreter.</p> <p>Take the exact <i>amount</i> of medicine that they tell you. Take it at the time of day they tell you. And <i>continue taking</i> the medicine for the number of days or weeks they tell you. Never <i>share</i> medicine with family or friends. A prescription medicine should only be taken by the patient it is for.</p>
<p>तपाईंलाई कुनै औषधिसित नराम्रो प्रतिक्रिया भएमा, यसले झन खराब गरेमा अथवा <i>एलर्जी</i> हुने भएमा, औषधि लिन बन्द गर्नहोस् र तुरन्तै डाक्टरलाई भन्नुहोस् । जस्तै, यदि औषधिको सेवनले तपाईंलाई श्वास फेर्न गाह्रो भएमा, छाती दुखेमा, खटिरा आएमा, अथवा पेटमा समस्या भएमा, यो एलर्जी हुन सक्छ र तपाईंले तुरन्तै डाक्टरलाई भन्नुपर्छ ।</p>	<p>If you have a bad reaction to a medicine, if it makes you feel worse or you have an <i>allergic reaction</i>, stop taking the medicine and tell your doctor immediately. For example, if taking the medicine gives you breathing problems, chest pains, a rash, or stomach problems, this might be an allergic reaction and you should talk to your doctor immediately.</p>