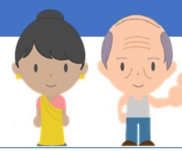




KNOW YOUR MEDS



Kenali Bagaimana Catatkan Senarai Ubat

Senarai ubat membantu anda mengetahui ubat dan suplemen anda, bagaimana mengambilnya dan kenapa anda harus mengambilnya



Dapatkan maklumat ini daripada label ubat anda

Senarai Ubat

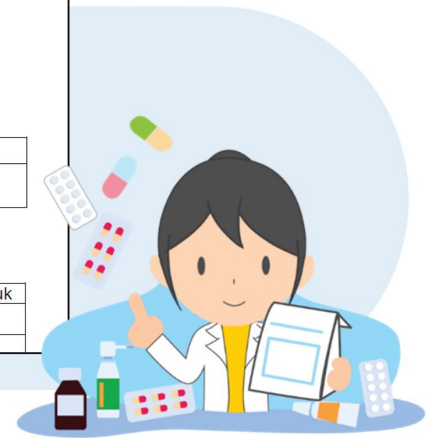
Nama: _____ Dikemas kini Pada Tarikh: _____

No ID: _____

Penyakit	Allergi Ubat / Makanan

Ubat / Suplemen

No	Nama dan Dos Ubat	Cara Makan Ubat	Digunakan untuk



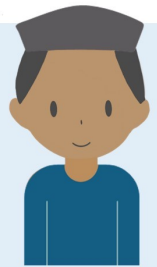
Catatkan ubat dan suplemen yang anda ambil secara **TETAP** dan **APABILA PERLU**

Ingat untuk sertakan sebarang **vitamin, suplemen** dan **ubat tradisional**



Bawa senarai ubat anda ke **SEMUA** temu janji

Ini akan membantu doktor dan ahli farmasi anda **mengetahui** apa ubat dan suplemen yang anda sedang ambil



KEMASKINI senarai ubat anda jika terdapat sebarang perubahan

Tuliskan **tarikh terkini** apabila anda membuat perubahan tersebut



Anda juga boleh catatkan senarai ubat di Aplikasi HealthHub!



A National Pharmacy Strategy initiative
go.gov.sg/nps



In Collaboration with
Pharmaceutical Society of Singapore



MINISTRY OF HEALTH
SINGAPORE