



Kenali Bagaimana Isikan Kotak Pil

Pilih hari dan masa yang sesuai untuk mengisi kotak pil anda dengan tetap dan tanpa gangguan



Semak tarikh luput dan rupa bentuk ubat anda **JANGAN** isikan dengan ubat yang telah tamat tempoh atau berubah rupa bentuk ke dalam kotak pil anda

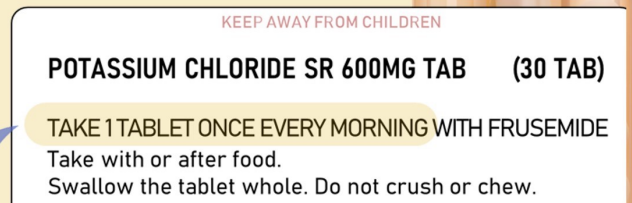
1 Mulakan dengan memilih satu ubat yang anda ambil **SECARA TETAP** dan ketepikan yang lain

Mengisikan kotak dengan ubat secara satu per satu boleh membantu mengelakkan ubat bercampuran



2 Semak **BERAPA BANYAK, BERAPA KERAP** dan **BILA** anda perlu mengambil ubat dalam sehari

Sentiasa ikut arahan **terkini**



3 Isi kotak pil

Letakkan satu pil ke dalam setiap slot pagi

JANGAN letakkan ke dalam kotak pil anda jika

- Ubat anda **peka cahaya** atau **kelembapan**
- Ubat yang diambil hanya **apabila perlu**



4 Ulangi untuk ubat-ubat anda yang lain dan tutup kotak pil apabila anda selesai mengisinya

