



Kenali Jika Bekalan Ubat Anda Mencukupi

1 HITUNG UBAT ANDA

Kumpulkan ubat yang sama mengikut **nama** dan **dosnya**

2 KETAHUI BERAPA BANYAK PIL YANG ANDA PERLUKAN SETIAP HARI

Maklumat ini boleh didapati dari **label ubat** anda

3 HITUNG BERAPA HARI LAGI SEBELUM TEMU JANJI YANG AKAN DATANG

Ketahui tarikh **temu janji anda** untuk memastikan anda mempunyai bekalan ubat yang mencukupi

4 PASTIKAN JIKA BEKALAN UBAT ANDA MENCUKUPI

Hitung jumlah yang diperlukan sehingga **temu janji** yang **akan datang**

CONTOH

1



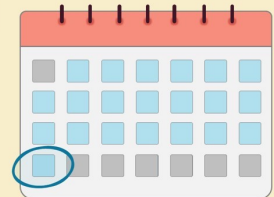
Saya ada **baki 23 pil**

2



Saya perlukan **1 pil sehari**

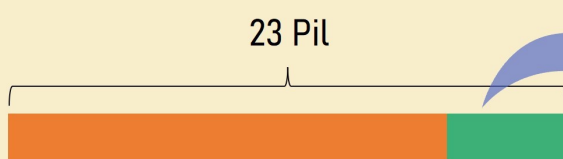
3



Ada **21 hari** lagi sehingga **temu janji** yang akan datang

4

SAYA ADA



SAYA PERLUKAN

1 Pil Sehari x 21 Hari = 21 Pil

Bekalan ubat saya **mencukupi** sehingga **temu janji** saya yang akan datang!



Sentiasa kutip bekalan yang mencukupi bagi ubat yang anda ambil secara tetap



Beritahu doktor atau ahli farmasi anda **AWAL** sebelum anda kehabisan ubat



Jika bekalan ubat anda masih banyak, beritahu ahli farmasi anda jika anda ingin **kutip ubat anda pada masa yang lain**



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



In Collaboration with Pharmaceutical Society of Singapore



MINISTRY OF HEALTH SINGAPORE