**استمر في تناول دواء السل.**

**Keep taking your TB medicine**

تذكر موعد الزيارة التالية للطبيب.

**Remember your next doctor visit.**

**سيكتب الطبيب الشهر والتاريخ ووقت زيارتك المقبلة. كما سيضع الطبيب دائرة على يوم الأسبوع لزيارتك المقبلة ويضع علامة ليشير إلى ما إذا ستكون زيارتك في الصباح أو بعد الظهر أو في المساء.**

**The doctor will write the month, date, and time of your next doctor visit. The doctor will also circle the day of the week of your next doctor visit and mark if your visit is in the morning, afternoon, or night.**

**ستحصل على مزيدٍ من الدواء عند زيارتك للطبيب.**

**You will get more medicine at your next visit.**

إذا تناولت أدوية السل فيمكنك أن تحمي نفسك من الإصابة بالسل وتحافظ على صحة أسرتك!

By taking your TB medicine, you can prevent TB disease and keep your family healthy!

**لا تفوّت أي جرعة من دواء السل**

**Take your TB medicine every time**

اجعله جزءاً من روتينك اليومي

**Make it part of your day**

احتفظ بدوائك في مكانٍ واحد، كأن تضعه بجوار سريرك أو على المغسلة.

**Keep your medicine in one place, like next to your bed or above the sink.**

تناول الدواء في نفس الوقت بانتظام، كمحافظتك على أوقات غسل أسنانك.

**Take your medicine at the same time, like when you brush your teeth.**

استخدم صندوق أدوية حتى تحافظ على نظامك (اطلب المساعدة أول مرة).

**Use a pillbox to keep organized (ask for help the first time).**

اكتب ملحوظة لنفسك وضعها على باب الثلاجة أو مرآة الحمام.

**Write yourself a note, and put it on the refrigerator door or bathroom mirror.**

استعن بتقويم لوضع علامة على الأيام التي تناولت فيها دوائك.

**Use a calendar to check off the days you have taken your medicine.**

احصل على الدعم

**Get support**

اطلب من أحد أفراد الأسرة أو من أحد أصدقائك أن يساعدك على تذكر مواعيد الدواء.

**Ask a family member or friend to help you remember.**

ماذا تفعل كي تتذكر مواعيد الدواء؟

**What do you do to remember?**

This material was developed by the Massachusetts Department of Public Health. Language: Arabic. December 2014.   
For more information, visit www.mass.gov/dph/cdc/tb