

# បន្តការលេបថ្នាំព្យាបាលរបេង (TB) របស់អ្នក។

Keep taking your TB medicine



## ចងចាំពេលត្រូវទៅជួបវេជ្ជបណ្ឌិតបន្ទាប់របស់អ្នក។

Remember your next doctor visit.

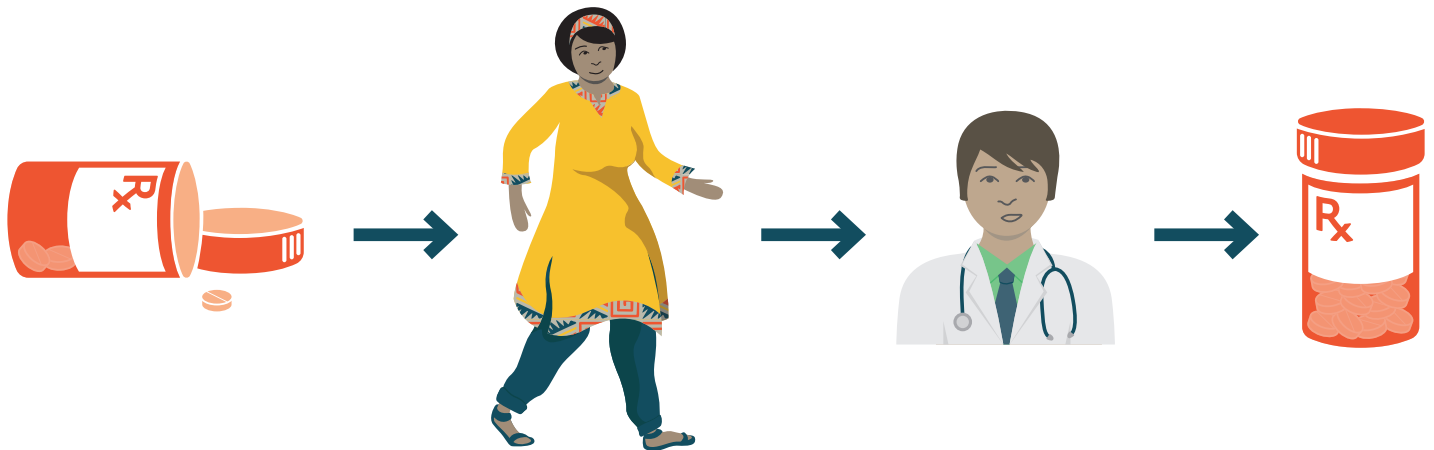
ខែ Month							
ថ្ងៃ Day	អទ អាទិត្យ Sunday	ច ច័ន្ទ Monday	អ អង្គារ Tuesday	ព ពុធ Wednesday	ព្រ ព្រហស្បតិ៍ Thursday	សុ សុក្រ Friday	ស សៅរ៍ Saturday
កាលបរិច្ឆេទ Date							



ព្រឹក Morning រសៀល Afternoon ពេលយប់ Night

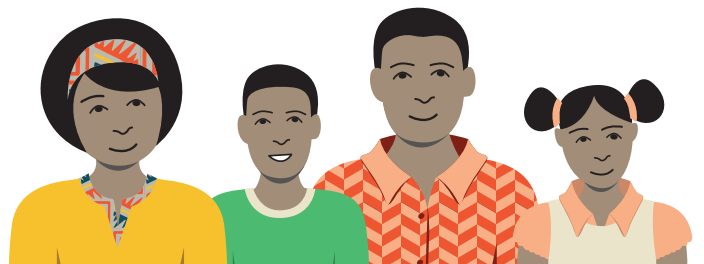
## នៅពេលទៅជួប អ្នកនឹងទទួលបានថ្នាំបន្ថែមទៀត។

You will get more medicine at your next visit.



## តាមរយៈការលេបថ្នាំព្យាបាលរបេង (TB) របស់អ្នក អ្នកអាចបង្ការជម្ងឺរបេង (TB) និងរក្សាក្រុមគ្រួសារអ្នកឲ្យមានសុខភាពល្អបាន!

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

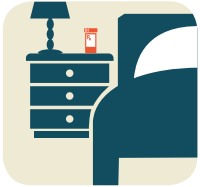


# លេបថ្នាំព្យាបាលជម្ងឺរមេង (TB) របស់អ្នកឲ្យគ្រប់ពេល

Take your TB medicine every time

## ធ្វើការលេបថ្នាំតាមទម្លាប់ប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក

Make it part of your day



- ទុកដាក់ថ្នាំអ្នកនៅកន្លែងមួយ ដូចជានៅជាប់នឹងគ្រែ ឬអាងលុបមុខ។  
Keep your medicine in one place, like next to your bed or above the sink.



- លេបថ្នាំអ្នកឲ្យត្រូវៗពេល ដូចជានៅពេលអ្នកដុសធ្មេញ។  
Take your medicine at the same time, like when you brush your teeth.



- ប្រើប្រអប់ថ្នាំដើម្បីរក្សាទុកឲ្យរៀបរយ ( ចូរស្នើសុំជំនួយនៅពេលដំបូង ) ។  
Use a pillbox to keep organized (ask for help the first time).



- សរសេរកំណត់សម្គាល់ដោយខ្លួនអ្នក ហើយដាក់វានៅលើទ្វារទូរទឹកកក ឬកញ្ចក់បន្ទប់ទឹក។  
Write yourself a note, and put it on the refrigerator door or bathroom mirror.



- ប្រើប្រតិទិនដើម្បីលុបថ្ងៃដែលអ្នកបានលេបថ្នាំអ្នកហើយ។  
Use a calendar to check off the days you have taken your medicine.

## ទទួលបានជំនួយ

Get support



- ស្នើសុំឲ្យសមាជិកនៃក្រុមគ្រួសារ ឬមិត្តឲ្យជួយរំលឹកអ្នក។  
Ask a family member or friend to help you remember.

## តើអ្នកត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ ដើម្បីចងចាំបាន ?

What do you do to remember? \_\_\_\_\_

