



The new face of *rdns* 

Κάρτες Υπευθύμισης για τη Λήψη Φαρμάκων



Medicines Reminder Cards
Greek/English



1. I need to stay at home until the nurse comes to visit for my tablets or call 1300 539 128
2. Take my tablets from my medicines pack for the right day at the right times
3. I take my tablets with breakfast
4. Take my tablets before breakfast
5. On _____take my weekly tablet for healthy bones ½ an hour before breakfast and stay upright
6. I need to take my tablets at midday
7. I need to take my tablets at lunchtime
8. I need to take my tablets one hour before lunch
9. Take my tablets at 6pm
10. Take my tablets at evening meal time
11. Take my tablets at bedtime
12. Remember to take my tablets at 9pm
13. Apply cream to _____ as shown to me
14. Take my antibiotics at _____ to treat my infection
15. I need to eat a snack before going to bed
16. Put _____ eye drops into my left/right eye
17. Put my eye drops in both eyes at _____
18. Put cream on my dry skin after bathing
19. Check my blood sugar before taking insulin _____
20. I use my inhaler at _____
21. I should take my _____ if I have pain and then wait 4 – 6 hours before taking more

Πρέπει να παραμείνω στο σπίτι,
ώσπου να έρθει να με επισκεφθεί
ο/η νοσοκόμος/α για τα χάπια μου
ή να τηλεφωνήσω

**στον αριθμό:
1300 539 128**



Ελέγγω ποια μέρα της εβδομάδας είναι κοιτάζοντας το ημερολόγιο, την εφημερίδα ή ρωτώντας ένα μέλος της οικογένειας.

Παίρνω τα χάπια μου από το πακέτο των φαρμάκων μου για τη σωστή μέρα και τις κατάλληλες ώρες.



Παίρνω τα χάπια μου με το πρωινό φαγητό



Παίρνω τα χάπια μου πριν το πρωινό φαγητό



Την _____ παίρνω
το εβδομαδιαίο μου χάπι για
υγειή κόκκαλα, $\frac{1}{2}$ ώρα πριν
το πρωινό φαγητό και
παραμένω όρθιος/α



$\frac{1}{2}$ ώρα



Πρέπει να πάρω τα χάπια μου το μεσημέρι



Πρέπει να πάρω τα χάπια μου την ώρα του μεσημεριανού φαγητού



Πρέπει να πάρω τα χάπια μου **μία** **ώρα** πριν το μεσημεριανό φαγητό



Μια ώρα



Παίρνω τα χάπια μου στις 6μ.μ



Παίρνω τα χάπια μου την ώρα του βραδινού φαγητού



Πρέπει να πάρω τα χάπια μου την ώρα που πηγαίνω για ύπνο το βράδυ



Πρέπει να θυμηθώ
να πάρω τα χάπια
μου στις 9μ.μ



Βάζω κρέμα στο

όπως μου έδειξαν



Παίρνω τα αντιβιοτικ μου στις

για τη θεραπεία της λοίμωξής μου



Πρέπει να τσιμπήσω κάτι, πριν πάω για ύπνο



Βάζω

σταγόνες ματιών,
στο αριστερό/δεξι
μου μάτι



Βάζω τις σταγόνες ματιών, και στα δύο μου μάτια στις



Βάζω κρέμα στο στεγνό μου το δέρμα, μετά που κάνω μπάνιο



Εξετάζω το ζάχαρο
του αίματός μου,
πριν να πάρω
ινσουλίνη



Χρησιμοποιώ τη συσκευή μου εισπνοών στις



Θα πρέπει να
πάρω το

μου, αν έχω πόνο
και μετά να
περιμένω 4–6
ώρες πριν πάρω
κι άλλο





How to contact us:


Greek telephone interpreter service:

1300 539 128

1300 22 11 22

boltonclarke.com.au

Bolton Clarke is the brand name for a group of companies being RSL Care RDNS Limited ACN 010 488 454, Royal District Nursing Service Limited ACN 052 188 717 and RDNS HomeCare Limited ACN 152 43 152.

The new face of  + 



© Royal District Nursing Service Limited 2018