



# İlaç Hatırlatma Kartları

Medicines Reminder Cards Turkish/English



HEART OF POSITIVE AGEING

1. I need to stay at home until the nurse comes to visit for my tablets or call 1300 824 661
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  $\frac{1}{2}$  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



Haplarım için hemşire  
beni ziyaret edinceye  
kadar evde kalmak  
zorundayım veya

**1300 824 661**  
**aramalıyım**







Takvimden, gazeteden veya bir aile ferdinden günlerden hangisi olduğunu kontrol ediyorum.

İlaçlarımı ilaç paketimden doğru günde doğru saatlerde alıyorum.





# İlaçlarımı kahvaltıda alıyorum







# İlaçlarımı kahvaltıdan önce alıyorum





\_\_\_\_\_ günleri kemik sağlığı  
için olan haftalık hapımı kahvaltıdan  
 $\frac{1}{2}$  saat önce alıyorum ve dik  
duruyorum



$\frac{1}{2}$  an hour





# İlaçlarımı öğle vakti almam gerekli







İlaçlarımı öğle  
yemeğimle  
almam gerekli





# İlaçlarımı öğle yemeğimden bir saat önce almam gerekli







# İlaçlarımı akşam 6'da alıyorum





# İlaçlarımı akşam yemeğimle alıyorum





# İlaçlarımı gece yatarken alıyorum







İlaçlarımı akşam  
9'da almayı  
hatırlıyorum





# Kremi

---

gösterildiđi gibi  
sürüyorum







Antibiyotiđimi saat  
\_\_\_\_\_ 'da

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

enfeksiyonumun  
tedavisi için alıyoru





Yatmadan önce  
hafif birşeyler  
yemem gerekli





Sol/sağ gözüme

---

damla göz damlası  
damlatıyorum







# Saat

---

---

'da iki gözüme  
de göz damlamı  
damlatıyorum





Banyodan sonra  
kuruyan cildime  
krem sürüyorum





İnsülin almadan  
önce kanımdaki  
şekeri kontrol  
ediyorum







# Spreyimi saat

---

# 'da kullanıyorum





# Ađrım olursa

---

ilacımı almalıyım  
ve tekrar almadan  
önce 4 – 6 saat  
beklemeliyim







## How to contact us:

Turkish telephone interpreter service:

1300 824 661

1300 22 11 22

[boltonclarke.com.au](http://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.

© Bolton Clarke 2024  
HCS-CQI-CA-101-1.14-02/24