

# Dipotso & Dikarabo

# dablapmeds

The shortcut to your chronic medication

CCMDD: NHI initiative

## DIPOTSO

Dablapmeds ke eng?

E nthusa jang?

A go raya gore nka se tlhoke ke tlhoka go ya tleniking gape?

Ke dira jang go nna le tshiamelo?

Mangwe a malwetsi a a akarediwang mo Dablapmeds ke afe?

Mooki kwa tleniking ga a ise a mpoelle ka Dablapmeds, a go raya gore ga ke na tshiamelo?

Ke tlaa itse jang gore ke ye go tsaya melemo ya me leng?

A nka fetola lefelo le ke tsayang kwa go lona?

Go diragalang fa nka tlolwa ke letlha la go ya go tsaya?

## DIKARABO

Dablapmeds ke tsela e khutshwane ya gore o bone melemo ya gago ya bolwetsi jo bo sa foleng. E letla balwetsi ba bolwetsi jo bo sa foleng mme ba tsepame ka melemo ya bona go tsaya melemo ya bona gaufi le magae gongwe tiro ntle le go ema mola o moleele.

Dablapmeds e go tlamela ka boithophelo jwa go tsaya melemo ya gago kwa lefelong le le gaufi le tiro gongwe legae la gago. Seno se tlaa netefatsa gore ga o eme mela e moleele. O tlaa amogela melemo ya dikgwedi tse pedi nako nngwe le nngwe mme o tlaa etela tleniki gabedi fela mo ngwageng.

O tlhoka go etela tleniki fa o sa ikutlwe sentle. Seno ke fela tirelo ya mahala e e bonolo e e go letlang go tsaya melemo ya gago ya bolwetsi jo bo sa foleng ka bonako go gaisa kwa tleniking.

Kopa mooki gongwe ngaka go go kwadisetsa Dablapmeds. Fa:

- O tsepame mo melemong ya gago.
- O na le lekwaloitshupo le le dirang, nomoro ya lekwalo la mosepele, mme o tlhopho go nna mo lenaneong.

Ngaka ya gago e tlaa nna le lenaane le le feletseng la malwetsi otlhe, fela a mangwe a akaretsa:

- Bolwetsi jwa sukiri/Diabetes
- Kgatelelo ya madi/Hypertension
- HIV
- Asthma, le a mangwe a mantsi.

YO ntse o ka nna le tshiamelo, wena botsa fela mooki gongwe ngaka ya gago go go tlholela.

O newa matlha a go ya go tsaya melemo ya gago mo karateng ya gago ya go tsaya. Tshola karata eno e bolokegile. Gape o tlaa amogela SMS go go gakolola gore o ye go e tsaya leng.

Ee. Nako e e tlang fa o ya tleniking mme o bona lekwalo la lentšhwa la melemo ya dikgwedi tse 6. O ka se fetole o le mo gare ga paka ya melemo o e e filweng.

Netefatsa ka gale gore o obamela letlha le o le filweng. Fa o sa kgone go ya go tsaya, netefatsa gore mongwe wa ba o ba tlhophileng o ya go go tseela. Mafelo a go tsaya a dira ka diura tse di nolofaditsweng mme seo se dira gore go nne bonolo go obamela malatsi a go ya go tsaya melemo. Melemo ya gago e tlaa bewa malatsi a le 14 kwa lefelong la go tsaya. Fa o sa t la go tsaya phasele ya gago mo nakong eno, o tlaa phimolwa mo lenaneong.

Jaanong o siametse  
go tsena mo tseleng  
e e bonako le e e  
gaufi ya boitekanelo  
ka Dablapmeds,  
the shortcut  
to your chronic  
medication.

Eastern Cape, Free State,  
Gauteng, North West  
Toll Free – 0800 214 761

Limpopo, Mpumalanga,  
Northern Cape  
Toll Free – 0801 516 176

KwaZulu-Natal  
Toll Free – 0800 212 350

The shortcut to your  
chronic meds.

Want to know how you can get your chronic  
medication quicker and more conveniently?

We have the answers.

CCMDD: NHI initiative

## DIPOTSO

Go diragalang fa ke sa fitlhelele melemo e ke  
e kwaletsweng – e seyo gongwe ke newa  
melemo e e fosagetseng?

A nka roma mongwe go ya go ntseela?

Ke motshabi yo o batlang tshireletso gongwe  
ke dirisa lekwalo la mosepele la naga e nngwe,  
a nka ikwadisa mo Dablapmeds?

Ke tshwanetse go bo ke tshotse eng fa ke ya go  
tsaya melemo ya me?

Ke fetotse nomoro ya me ya selefounu; nka  
kwadisa jang e ntšhwa mo tsamaisong?

Nka fetola jang motsei gongwe moemedi yo ke  
mo tlhophileng?

Ke tshwenyegile gore baagisani ba tlaa bona  
melemo ya me, e phuthelwa jang?

Go diragalang fa nka latlhegelwa ke karata  
ya me ya go tsaya ya Dablapmeds?

A lefelo le ke tsayang kwa go lona le tlaa  
bo le butswa mo nakong ya kanamo  
ya COVID-19?

## DIKARABO

Ikgolaganye le deseke ya thuso jaaka e kailwe mo karateng  
ya gago ya go ya go tsaya gongwe o etele tleleniki ya gaeno.

Ee, o ka tlhophatho batho ba babedi go ya go tseela. Motho yo  
o yang go tseela o tshwanetse go tsamaya ka karata ya gago  
ya go tsaya melemo gammogo le lekwaloitshupo la gago le la  
gagwe fa a ya go tsaya.

Ee, o ka kgona. Netefatsa gore o tlamela ka nomoro ya lekwalo  
la gago la mosepele gongwe nomoro ya gago ya gore o motshabi  
yo o batlang tshireletso mmogo le lethla le le siameng la gago  
la botsalo.

Lekwaloitshupo la gago, nomoro ya lekwalo la mosepele gongwe  
nomoro ya gago ya gore o motshabi yo o batlang tshireletso go  
ya ka karata ya gago ya go tsaya.

Ikgolaganye le deseke ya thuso mo nomorong ya mahala  
e e mo karateng ya gago ya go tsaya.

Itseese deseke ya thuso mo nomorong ya mahala e e mo karateng  
ya gago ya go tsaya gongwe o fetole baemedi fa o ya go ntšhwafatsa lekwalo la  
melemo.

E phuthetswe mo lebokosong gongwe kgetsana. Ga go ope yo  
o tlaa itseng gore go na le melemo efe mo kgetsaneng/lebokosong.  
E a tswalelwa

Etela tleleniki go bona le lentšhwa. Leletsa deseke ya thuso  
mo nomorong ya mahala go tlhola gore lethla le le latelang  
la go ya go tsaya ke leng.

Ee, go romela melemo ke tirolo ya bothokwa mme ga go kitla go kgorolediwa.  
O tlaa tswelwa go amogela diSMS tse di go itseseng ka kgoroso ya melemo ya  
gago, mme mafelo a go tsaya a tlaa nna a butswa. Fa lefelo le o tsayang kwa  
go lona le ka tswalwa ka ntšha ya lebaka lengwe, o tlaa itsesewa ka SMS gore o  
tseye kwa lefelong le lengwe. Go bothokwa gore o tswelwa go tsaya melemo ya  
gago ya bolwetsi jo bo sa foleng ka lethla le le beilweng gore o tseye ka lone.