



ஊரையில் பூரண ருலச் பெறுவீர்!

உடுத்துக்களுடன்

ஹோமியோபதி  
மருந்துகள் சாப்பிடும்  
முறை



லக்ஷ்மி ஹோமியோ மருத்துவமனை

**Dr. S. சிதம்பரநாதன்**, B.H.M.S., M.D.(Hom),

ஹோமியோபதி மருத்துவர் (Reg. No. 556 A)

மொபைல் : (0) 98431-91011

ஈ-மெயில் : drcheena@yahoo.com / drcheena@gmail.com

### குறிப்புகள்

- ★ மருந்துகளை எப்பொழுதும் குளிர்ச்சியான (குளிர்சாதனப் பெட்டியில் அல்ல), ஈரம் இல்லாத, உலர்ந்த இடத்தில், குழந்தைகளுக்கு எட்டாத இடத்தில் வைக்கவேண்டும்.
- ★ மருந்துகளை அதன் மேலுறையில் கொடுத்திருக்கும் அறிவுறுத்தலின் படியே எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.
- ★ மாத்திரைகளை நாக்கில் சுவைத்து சாப்பிட வேண்டும், தண்ணீருடன் விழுங்கக் கூடாது.
- ★ மாத்திரைகளை உணவுக்கு முன்போ, பின்போ 10 நிமிட இடைவெளியில் எடுத்துக்கொள்ளலாம். ஆனால், மாத்திரை சாப்பிடும் போது நாக்கில் எவ்விதச் சுவையும் இல்லாமல் இருக்க வேண்டும். அதாவது, மருந்து சாப்பிடும் முன்பும், பின்பும் அரை மணி நேரத்திற்கு காபி / டீ, வெற்றிலை பாக்கு போன்றவைகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

ஏதேனும் புதிய உடல்நலப் பிரச்சனைகள் ஏற்பட்டால் - ஹோமியோபதி மருந்தை எடுத்துக்கொண்டிருக்கும் போது, ஜலதோஷம், தலைவலி, காய்ச்சல் போன்ற வேறு ஏதேனும் பிரச்சனைகளுக்கு, வேறு மருந்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டிய தேவை ஏற்பட்டால், மற்ற மருந்துகளுடன் அரை மணி நேர இடைவெளியில் ஹோமியோபதி மருந்தையும் எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

**உணவுக் கட்டுப்பாடு :** மருத்துவ ஆலோசனையின் போது, மருத்துவர் ஏதேனும் கூறியிருந்தால் தவிர, எந்தவிதமான உணவுக் கட்டுப்பாடும் தேவையில்லை.

**உங்கள் பாதுகாப்பு மற்றும் நோயிலிருந்து விரைவில் நலம் பெறுவதற்கு...**

- ▲ தற்போது எடுத்துக்கொண்டிருக்கும் தொடர் மருந்துகளை மருத்துவரின் அறிவுரை இல்லாமல் நிறுத்தாதீர்கள்.
- ▲ மருந்துகளின் அளவை மருத்துவரின் அறிவுரை இன்றி மாற்றாதீர்கள். மருந்துகளை மருத்துவர் அறிவுறுத்தியபடியே எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்.
- ▲ சுய மருத்துவம், மருந்து கடைகளில் மருந்து வாங்கி சாப்பிடுவதை தவிர்த்திடுங்கள்.

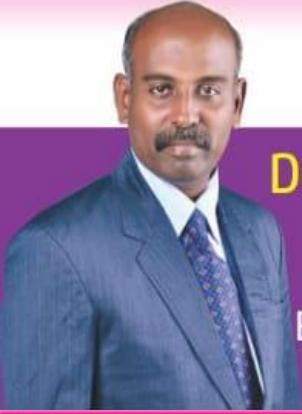


*Get Well Soon*

*Wishes from*

## LAXMI HOMEOPATHY CLINIC

**Dr. S. Chidambaranathan**, B.H.M.S., M.D.(Hom).,  
Homeopathic Consultant (Reg. No. 556 A)  
Mobile : (0) 98431-91011  
E-mail: drcheena@yahoo.com / drcheena@gmail.com



## Guide for taking Homeopathy Medicines

### Instructions

- ★ Medicines should be Kept in a cool, dry place (**not in refrigerator**) and out of reach of children.
- ★ Medicines should be **taken as per instructions** written on the label.
- ★ Medicines should be allowed to **dissolve in the tongue** and **not to be swallowed** with water.
- ★ Medicines can be **taken before or after food**, in a gap of 10 minutes, but at the time of taking medicines, tongue should be tasteless, i.e. before or after taking medicines, coffee / tea or any spices should be **avoided for ½ hour**.

**For any New Complaints** - If any other Medicines required in due course for cold, fever or headache or any other complaints, they may be **administered without stopping the medicines at ½ hour interval**.

**Dietary restriction** : No need of any diet restrictions, unless otherwise you are informed in particular during consultation.

### **For your safety and early recovery**

- ▲ Don't alter doses without Doctor's advice, i.e., follow medicines regularly in prescribed doses.
- ▲ Don't stop your ongoing / continuous medications without Doctor's advice.
- ▲ Avoid self medications or over counter medicines.

# Best Wishes / வாழ்த்துக்கள்

உன்னத உடல் ஆரோக்கியம்  
தரும் ஹோமியோபதி மருத்துவம்  
லக்ஷ்மி ஹோமியோ மருத்துவமனை

Follow     drcheena  drchidambaranathan

Website: [www.drcheena.in](http://www.drcheena.in)

Read Dr's Online Homeopathy Web Articles @

 [drcheena.blogspot.in](http://drcheena.blogspot.in)

**Health** through  
**Homeopathy**  
**LAXMI HOMEOPATHY CLINIC**

Follow     drcheena  drchidambaranathan

Website: [www.drcheena.in](http://www.drcheena.in)

Read Dr's Online Homeopathy Web Articles @

 [drcheena.blogspot.in](http://drcheena.blogspot.in)