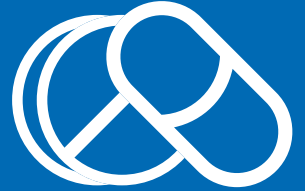


Dib u eegista daawooyinkaaga



Dhaqanku waxa uu sameeyaa adeeg oo kaa caawinaya daawooyinkaaga - tan waxaa loo yaqaanaa dib u eegis dawo.

Dib u eegista daawadu waa fursad lagu hubinayo in daawooyinkaagu ay yihiin kuwa kuugu fiican.

Maxaa ka dhici doona dib u eegista?

- Waxaad kula yeelan doontaa balan fool ka fool ah ama telefoon farmashiistaha ama GP-ga.
- Waxay hubin doonaan inay daawadu shaqaynayso - oo aanay keenin waxyeellooyin.
- Waxa kale oo ay fursad kuu tahay inaad noo sheegto sida aad u qaadanayso daawooyinkaaga - oo aad waydiiso su'aalo si aad wax badan uga ogaato.

Maxaa dhacaya marka xiga?

Waanu kula soo xidhiidhi doonaa si aad ballan u qabsato oo aad ula hadasho farmashiistaha ama GP-ga goobta shaqada ama telefoonka.

- Farmashiistaha ama GP-ga ayaa kuu sharaxi doona waxa daawooyinkaaga loogu talagalay.
- Waxay eegi doonaan haddii isbeddelada daawooyinkaaga loo baahan yahay.
- Waxa kale oo jiri doonta fursad looga jawaabo su'aalahaaga.

Haddii qof uu kaa caawiyo daawooyinkaaga, waxaa laga yaabaa inay ka caawiso inay kula joogaan markaad la hadlayso farmashiistaha.

Maxaynu tan u samaynaynaa?

Waxaan tan u sameyneynaa si aan u hubinno in daawooyinkaagu ay yihiin kuwo kugu habboon.

- Ujeedada dib u eegista maaha in lacag kuu baaqato.
- Sidoo kale ma aha in la hubiyo in aad qaadanayso daawooyinkaaga.

Daawooyinka lama beddeli doono iyada oo aan heshiis idin dhex marin adiga iyo farmashiistaha ama GP-ga.

Dhanka kale waxaa jira su'aalo laga yaabo inaad rabto inaad wax ka weydiiso daawooyinkaaga ballanta.



Su'aalaha aad ka fikirto ka hor ballanta oo laga yaabo inaad rabto inaad weydiiso

Maxaan u qaadanayaa daawooyinkan?

Sideen ku ogaadaa inay i caawinayaan?

Wali ma u baahanahay dhammaan daawooyinkayga?

Waa maxay sababta aan u qaato kaniiniyo badan?

Waa maxay waxyeelada ay keenaan?

Way adag tahay in aan furo baakadaha daawooyinka - maka caawin kartaa tan?

Way adag tahay in aan xusuusto daawooyinkayga - maka caawin kartaa tan?

Way adag tahay in aan liqo daawooyinkayga - maka caawin kartaa tan?

Waxaan daawooyinkayga dhameeyaa waqtiyo kala duwan - ma u samayn kartaa tan isku wakhti dhamaantood?

Arag nuqulka kor loo akhrinaayo

