



Hman tein sii hman ningcang

Australia ah zeitindah sii ka cawk lai?

Australia ah sii cawk ning hi phun 2 in a um.

Sii cawknak catlap in cawkmi sii

Sii a cheukhat cu, na siibawi nih an pekmi sii cawknak catlap (**prescription**) lawng in cawk khawh a si. Hi sii cawknak catlap nih, sii-dawr kha, zeii sii dah na herh, zeitik caan ahdah na din lai, cun, zeizat dah din ding a si timi kha a fianter.

Sii na cawk khawhnak hnga, sii cawknak catlap kha sii-dawr ah va kalpi. A man a fawideuh in sii cawk khawhnak card na ngeihmi paoh, Medicare, Centrelink Health Care card kha i ken hna. Dawrnak-haltu na si ahcun, a dang sii-dawr a set te ah kal na hau kho men.

Sii phunkhat kha, caan saupi din na herh ahcun, na siibawi nih "**nolh-than**" ("**repeat**") timi sii cawknak catlap an pek lai. Hi nolh-than timi a sullam cu; cu sii cawk na herh than tik ah na siibawi sin kal hau tthan ti lo in, an pek ciami sii cawknak catlap in, siidawr ah va kal i cu sii na herh caan paoh ah na cawk khawh tthan tinak a si.

Sii cawknak catlap chungah a min aa tialmi ti dah lo cu, midang ahohmanh nih hi sii cawknak catlap cu hman khawh a si lo.



Australia I siibawi pekmi sii cawknak catlap

Siibawi asilole siizuartu nih na sii dinmi ngol cang tiah an in chimh hlan paoh; na dam deuh cang zongah, sii hman tein din kha a biapi.

Zeibantuk sii phun dah na din timi le, sii na dinmi nih an zawttermi sii a um sual ahcun, na tonmi siibawi asilole mizaw zohkhenhtu (sii-saya/ma) hna kha chim awk ah a biapi mi a si. Siibawi a dang kha, na dinmi sii na chimh lo sual ahcun, siibawi-thar nih sii-thar an pek kho men, cu tik ah, cu sii nih cun na din ciami sii he a rian tuanning a tluantlam ter lo kho.

Vitamen, chapchuan-sii, thinghnah in sermi-sii asilole, pupa hman tawnmi-sii tibantuk na din/ei a si ahcun, na siibawi, mizaw zohkhenhtu (sii-saya/ma), sii zuartu kha chim hna. Zei maw caan ahcun, hi bantuk sii le na siibawi nih an dintermi sii kha an i kalh kho asilole, pakhat khat a canter kho.

Hrawl cungah chiahmi (over-the-counter) sii

Sii tamdeuh cu, siibawi pekmi sii-cawknak catlap a herh lo, cu bantuk sii phun pawl cu, siidawr lawngah si lo in, hmundang kadang i chawdawr ah cawk khawh an si. Mirang holh in “hrawl cungah chiahmi sii” tiah auh a si.

Hrawl cungah chiahmi sii phun hna cu:

- Khuh, kik tlaih le cumpi tlangrai sii
- Fah daihtertu sii tahchunhnak ah, lu fah le tak fah/linh daihnak sii, le a phingmi fah/zortertu daihnak sii
- Hrom fah sii, lufah sii, hnakhawhfah sii, le takpum fah sii
- Mit sii
- Chungklik le ekfer sii

Zeitindah sii hman tein ka din lai?

Sii kip ah ca-benh mi an um.

Ca-benh nih zeitindah sii him tein hman a si lai ti kha hngalh peknak a ngei; tahchunhnak ah:

- Zeizat dah hman/ei/din ding
- Zeitik caan ahdah hman ding
- Nikhat ah zeizat dah na din/ei/hman ding
- Ni zeizat tiang hman ding



Sii dur cung ca-benh hngalhpeknak

Hngalh peknak ning tein, sii din cu a biapi ngaimi a si.

Sii din caan pek ni zat tiang kha dinpiak ding.

Sii zuartu nih an chimhmi leng in asilole, ca-benh cungah aa tialmi leng in, sii kha tamdeuh le tlawmdeuh in ding hlah

Na zawt (dam lo) caan ah, sii nih an damter deuh khawh, cun damnak zong an pek khawh. Asinain, a hman tein sii na din lo ahcun, fahnak zong an pek khawh.

Na sii kha midang pek asilole midang he i hrawm hlah, cun midang sii zong ding hlah.

Midang caah a thami sii kha, nangmah na zawtfahnak caah a tha lo kho men, siitha in caan sau thlop lo in na um ahcun, na zawtnak zong a zualhma kho.

Rungrul thahnak sii cu a tthawng (pin) ngaimi sii a si caah, siibawi nih ding, an ti hnu lawnglawng ah din ding a si lai. Thate in, din lo ahcun pum caah harnak a chuahter kho.

Sii cheukhat nih harnak a chuahter (sii din ruangah pumchung a hnorsuanmi). Sii din ruangah pumchung a hnorsuan mi cu a zualhma lo mi, paw nuamhlo tibantuk a si. Adang a zualhma deuhmi cu thin hrawh tibantuk a si.

Pakhat khat ka si sual cang tiah na hngalh ahcun, na siibawi asilole siizuartu kha chim hna. Holhlettu na herh ahcun, hal hna. Holhlettu cu man pek lo in hman khawh a si.



Rungrul thahnak sii

Min aa hrawmmi (generic) sii cu zeidah asi?

A zeid maw caan ahcun “**min aa hrawmmi-sii**” le hmelchunhnak ngei-sii kha na duhmi thim khawh a si.

Min aa hrawmmi sii le hmelchunhnak ngei-sii hi an rianttuan ning aa khat ko. Min aa hrawmmi-sii bel hi a man a fawi deuh.

Na herhmi sii ah min aa hrawmmi-sii caw kho ding na si ahcun, siizuartu nih hmelchunhnak ngei-sii nak in min aa hrawmmi -sii’ na duh deuh maw tiah an hal khawh.

Siizuartu nih an hal lo zong ah, sii na herhmi ah, min aa hrawmmi-sii nan ngei maw, tiah na hal khawh (a man fawi deuh).



Hmelchunhnak ngeimi-sii



Min aa hrawmmi-sii

Na sii kongah lungfiang tein hngalh na duh ahcun bia hal hna

Sii tha tein na hman khawhnak hnga, na siibawi, mizaw zohkhenhtu (sii saya/ma), asilole siizuartu kha hal hna.

Him tein sii na hman thiamnak hnga, na hngalh a herhmi cu:

- > Zei sii dah a si
- > Zei ruang ahdah sii hman na herh
- > Zeitik caan le zeitin in dah sii hman ding a si
- > Adang sii he na hmannti ding a si le si lo

Sii hman/din/ei ningcang na philh asilole, ca-benhmi cung i aa tialmi kha na lung a fian lo ahcun, siizuartu zong hal khawh a si.

Zeitin in dah ka sii hi tha tein ka fim/chiah lai?

Tha tein fimmi sii cu saudeuh a nguh pin ah a riantuan zong a tha deuh.

- > Na sii cu, ngakchia le innzuat ui/chizawh he aa hlatnak hmun a himnak ah chia/fim
- > Na sii cu a kihnak, a ronak hmun ah fim. A cinnak hmun, a lumnak hmun; coka asilole tikholhnak-khaan tibantuk ah sii na fim ahcun, sii an rawk kho.

- > Ca-benh cungah hngalh peknak a um caah, na sii cu amah kokek dur umning tein um seh
- > Sii cheukhat cu a kihnak-khaan ah chiah a herh. Hihi cu, ca-benh cung ah khan aa tial tawn.
- > Na hman ti lomi sii le nithla a luancangmi sii kha hlawnh hna.

Zeitin in dah sii nih rian a tuan?

- > Cheukhat sii cu a riantuan ning a rang, cun cheukhat sii cu a nuar. Tahchunhnak ah, fah daihtertu sii pawl (fah daihtertu sii phunkhat) cu a fah damnak hnga caan tlawmpal a rau. Rungrul thattu sii a riantuan mi hngalhnak ah sml 24 nak tam deuh hna a rau kho. Thinlung zornak tthattertu sii cu lungthin umtuning a that deuh le deuh lo ti hngalhnak caah zarhnhnih hna a rau kho.
- > Sii na dinmi nih an damter deuh lo i na lungretheih asilole na zualdeuh a si ahcun, na siibawi sin ah a rannak in va kal tthan.
- > Cheukhat sii cu paw-lawngkarang lio ah dinpiak ah a riantuan a tha khun, asilole paw nuamhter lo zong a canter khawh, cucaah cheukhat sii cu rawl he din/ei piak ah a tha bik.