ফার্মেসি থেকে নালোক্সওন নেওয়া: আপনাকে যা জানতে হবে

এক ঝলকে

- নালোক্সওন হল একটি নিরাপদ ওষুধ যা ওপিওয়েডের ওভারডোজ প্রভাব উপশম করে।
- ওপিওয়েড হল ড্রাগ যা শ্বাসপ্রশ্বাস নেওয়া মন্থর করে দিতে পারে অথবা একেবারে থামিয়ে দিতে পারে; প্রেসক্রিপশনে দেওয়া ব্যথা উপশমকারী এবং হেরোয়িনও এই ড্রাগের মধ্যেই পড়ে।
- নালোক্সওন *যেকেউ* অংশগ্রহণকারী ফার্মেসি থেকে প্রেসক্রিপশন ছাড়াই পেয়ে যেতে পারবেন। যাদের ওভারডোজ হয়ে যাওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে এবং যারা *অন্য কাউকে* ওভারডোজের শিকার হতে দেখছেন তাদের জন্য।

আমি ফার্মেসি থেকে কীভাবে নালোক্সওন পেতে পারব?

খুব সহজেই পেতে পারবেন: অংশগ্রহণকারী কোনো ফার্মেসিতে চলে যান এবং নালোক্সওন চেয়ে নিন। আপনার কাছে কোনো প্রেসক্রিপশন না থাকলেও হবে। আপনার নিকটবর্তী কোনো অংশগ্রহণকারী ফার্মেসি খুঁজতে, **nyc.gov/health/map** এ যান।

নালোক্সওন কী বিভিন্ন ধরনের হয়ে থাকে?

নালোক্সওন চার ধরনের হয়ে থাকে:

সিঙ্গল-স্টেপ ন্যাসাল স্প্রে (Narcan®)

মাল্টি-স্টেপ ন্যাসাল স্প্রে

সিঙ্গল-স্টেপ ইন্ট্রামাসকিউলার অটো-ইনজেক্টর (Evzio®)*

মাল্টি-স্টেপ ইন্ট্রামাসকিউলার ইনজেকশন

****Evzio® অটো-ইনজেক্টর** CVS, Duane Reade, Walgreens এবং Stop & Shop থেকে বিনা প্রেসক্রিপশনেই পাওয়া যায়।*

আপনার কোনো বিশেষ ধরনের নালোক্সওন প্রয়োজন হলে ফার্মাসিস্টকে তা জানান।

নালোক্সওন নিতে হলে কি আমার বিমা থাকতে হবে?

আপনার বিমা থাকুক বা নাই থাকুক আপনি নালোক্সওন পেতে পারবেন। প্রেসক্রিপশন ছাড়া নালোক্সওনের দাম পড়বে - মাল্টি-স্টেপ ইন্ট্রামাসকিউলার ইনজেকশন প্রায় $45, মাল্টি-স্টেপ ন্যাসাল স্প্রে প্রায় $85, সিঙ্গল-স্টেপ ন্যাসাল স্প্রে প্রায় $150 এবং অটো-ইনজেক্টর $4,000 অথবা তার থেকেও বেশি। **শহর জুড়ে কমিউনিটি প্রোগ্রামে নালোক্সওন বিনামূল্যেও পাওয়া যায়।** কোনো প্রোগ্রামের খোঁজখবর করতে health.ny.gov/diseases/aids/general/resources/oop_directory/index.htm দেখুন অথবা 311 নম্বরে ফোন করুন।

আমার বিমা থাকলে আমাকে কত অর্থ দিতে হবে?

অনেক বিমা কোম্পানি যতসামান্য অথবা কোনো কোপেমেন্ট ছাড়াই নালোক্সওন কভার করে। নালোক্সওন পেতে হলে আলাদা করে কোনো খরচ দিতে হবে কিনা অথবা কোনো ঊর্ধ্বসীমা আছে কিনা তা আপনার বিমা কোম্পানির কাছ থেকে জেনে নিন। ওষুধ বিমার আওতায় থাকলেও মাল্টি-স্টেপ ন্যাসাল স্প্রের জন্য অনেক সময় অতিরিক্ত খরচ দিতে হয় (সাধারণত $5 বা তার থেকেও কম)। সবথেকে কম খরচের অপশন কোনটি তা ফার্মাসিস্টের কাছ থেকে জেনে নিতে পারবেন।

নালোক্সওন কীভাবে ব্যবহার করতে হয় তা কি আমাকে জানানো হবে?

হ্যাঁ। ওপিয়ড ইমার্জেন্সি অথবা ওভারডোজ প্রশমিত করতে নালোক্সওন কখন এবং কীভাবে ব্যবহার করতে হবে তা ফার্মাসিস্ট দেখিয়ে দেবেন এবং লিখিত তথ্যাদিও দেবেন। আপনার ফার্মাসিস্ট আপনাকে এই তথ্য না দিলে, আরও জানতে **nyc.gov/health** ওয়েবসাইটে গিয়ে **prevent**

overdose (ওভারডোজ প্রতিরোধ করা) লিখে খুঁজুন। নালোক্সওন কীভাবে ব্যবহার করতে হবে তা আপনি ঠিকভাবে বুঝে নিয়েছেন কিনা তা বুঝতে ফার্মাসিস্ট আপনাকে কিছু প্রশ্নও জিজ্ঞাসা করতে পারেন।

আমি কি সাথে সাথেই নালোক্সওন পেতে পারব?
আপনার ঠিক যে ধরনের নালোক্সওন লাগবে তা কিছু ফার্মাসিতে প্রথম থেকেই থাকতে পারে আবার কিছু ফার্মাসিতে তা না থাকতে পারে এবং সেগুলো অর্ডার দিয়ে আনিয়ে নিতে হতে পারে। আপনি নালোক্সওন সাথে সাথে না পেলে সাধারণত কয়েক দিনের ভিতরে তা পেয়ে যাবেন।

নিজের সাথে নালোক্সওন রাখা এবং ব্যবহার করা কি আইন সম্মত কাজ হবে?
হ্যাঁ। নিউইয়র্ক স্টেটের আইন (New York State Law) অনুসারে, ফার্মেসি অথবা কমিউনিটি প্রোগ্রামে প্রশিক্ষণ পেয়েছেন এমন যেকেউ নিজের সাথে নালোক্সওন রাখতে এবং ব্যবহার করতে পারবেন। তাছাড়া, নিউইয়র্ক স্টেট 911 গুড সামারিটান আইনে জীবন বাঁচাতে কেউ 911 নম্বরে ফোন করলে উপযুক্ত সুরক্ষা দেওয়া হয়, এমনকি ওভারডোজের কবলে পড়ার জায়গায় ড্রাগ উপস্থিত থাকলেও।

নালোক্সওন নিতে গেলে আমাকে কি আমার পরিচয়পত্র দেখাতে হবে?
না। নালোক্সওন কোনো কন্ট্রোলড সাবসটেন্স নয় তাই পরিচয়পত্র দেখানোর প্রয়োজন নেই। ফার্মাসিস্ট রেকর্ড রেখে দেওয়ার খাতিরে আপনার পরিচয়পত্র দেখতে চাইতে পারে তবে তারা আপনার নাম এবং তথ্য গোপন রাখবে। আপনার বিমা থাকলে আপনাকে আপনার বিমার কার্ড দেখাতে হবে।

বয়সের কোনো সীমা আছে কি?
না, তবে 16 বছরের কম বয়সী কাউকে ফার্মাসিস্ট নালোক্সওন নাও দিতে পারে।

আমি কোথায় আমার নালোক্সওন ভরতে পারব?
অংশগ্রহণকারী ফার্মাসিগুলিতে আপনার নালোক্সওন ভরে নিতে পারবেন। নালোক্সওন ব্যবহার করা হয়ে গেলে, হারিয়ে গেলে, খারাপ হয়ে গেলে অথবা তার মেয়াদ শেষ হয়ে গেলে তা আবার ভরে নিন। নালোক্সওনের ব্যবহারের বিষয়ে নিউইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য দপ্তরকে খোঁজখবর রাখতে ফার্মাসিস্ট আপনাকে কিছু প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে পারে। ফার্মাসি এবং স্বাস্থ্য দপ্তর আপনার ব্যক্তিগত তথ্য গোপন রাখবে।

নালোক্সওনের কি কোনো মেয়াদ আছে?
হ্যাঁ। নালোক্সওনের মেয়াদ কতদিন তা তাতেই লেখা থাকে। আপনার নালোক্সওনের মেয়াদ শেষ হয়ে গেলে তা ভরে নিতে ভুলবেন না যেন।

আরো তথ্য ও সংস্থান

নালোক্সওন বিষয়ে জানুন:
- দেখুন - **nyc.gov/health/naloxone**

ওভারডোজ প্রতিরোধ বিষয়ে জানুন:
- **nyc.gov/health** ওয়েবসাইটে যান এবং **prevent overdose (ওভারডোজ প্রতিরোধ করা)** লিখে খুঁজুন।

ওপিওয়েড এবং অন্যান্য জিনিস ব্যবহারের কারণে দেখা দেওয়া ক্ষতির মাত্রা চিকিৎসা অথবা তার কারণে হওয়া ক্ষতি মাত্রা কমানোর পরিষেবার বিষয়ে তথ্যাদি:
- **NYC Well:** 1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355) নম্বরে ফোন করুন, WELL লিখে 65173 নম্বরে পাঠান অথবা nycwell.cityofnewyork.us ওয়েবসাইট দেখুন
- **নিউ ইয়র্ক স্টেট অফিস অফ অ্যালকোহলিজম এবং সাবসটেন্স অ্যাবিউজ সার্ভিসেস (New York State Office of Alcoholism and Substance Abuse Services) প্রোভাইডার ডিরেক্টরি:** oasas.ny.gov/ProviderDirectory
- **সাবসটেন্স অ্যাবিউজ এবং মেন্টাল হেলথ সার্ভিসেস অ্যাডমিনিস্ট্রেশন (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA) বুপ্রেনোরফিন ট্রিটমেন্ট ফিজিশিয়ান লোকেটর: samhsa.gov** ওয়েবসাইটে গিয়ে **buprenorphine treatment locator (বুপ্রেনোরফিনের চিকিৎসার স্থান)** লিখে খুঁজুন
- **ThriveNYC সার্ভিসেস ফাইন্ডার:** nyc.gov/thrivenyc