

## कोभिड-१९ महामारीको अवधिमा अधिकमात्राको सम्बोधन

नालोकसोन (नार्कान) एउटा यस्तो औषधि हो जसले ओपिओइड अधिकमात्राका प्रभावहरू उल्ट्याउन सक्छ। यसले हेरोइन, प्रेस्क्रिप्सन पीडानासक र फेन्टानिलमा जस्तो ओपिओइड मात्रा काम गर्छ, तर ओपिओइड नभएको स्थितिमा प्रयोग गर्न पनि सुरक्षित छ।

**कोभिड-१९ सावधानीहरू:** अधिकमात्रालाई सम्बोधन गर्दा छोटो अवधिका लागि अर्को व्यक्तिबाट ६ फिटभन्दा कम दूरीमा हुनु आवश्यक छ। अनावश्यक सम्पर्क निषेध गर्नका लागि आफ्नो सक्दो गर्नुहोस्। उद्धार श्वासप्रश्वासका लागि किटमा प्रदान गरिएको पञ्जा लगाउनुहोस् र अनुहारको आवरण प्रयोग गर्नुहोस्। सम्बोधन गरिसकेपछि, कम्तीमा २० सेकेन्डका लागि साबुन पानीले हात धुनुहोस् र तपाईंले पञ्जा लगाएकै भए पनि आफूले छोएको जुनसुकै वस्तु (जस्तै, फोन) मा अल्कोहल वाइप प्रयोग गर्नुहोस्।

कोभिड-१९ का बेला अधिकमात्राको प्रभाव उल्ट्याउने चरणहरूका लागि तल हेर्नुहोस्।

<p><b>कराउनुहोस् तथा छातीको हड्डीमा</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>अधिकमात्रा लक्षणहरूको खोजी गर्नुहोस्: प्रतिक्रियाहीन, कम वा बन्द भएको श्वासप्रश्वास, रङ उदेको ओठ वा औंलाका टप्पा घराई घाँटीको गडगड।</li> <li>प्रतिक्रिया जाँचनका लागि कराउनुहोस्।</li> <li>यदि कुनै प्रतिक्रिया नभए, पञ्जा लगाएका औंलाका जोर्नीहरूले सो व्यक्तिको छातीको हड्डीमा तलमाथि रगड्नुहोस् (हरेक नालोकसोन किटमा गैर-ल्याटेक्स पञ्जाहरू उपलब्ध छन्)।</li> </ul>
<p><b>नालोकसोन दिनुहोस्:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>मेडिकल ब्याकअपका लागि ९११ मा फोन गर्नुहोस्। कोभिड-१९ का कारण मेडिकल सेवाहरूका लागि आपतकालिन प्रतिक्रिया समयहरू दिवो हन सक्छन्।</li> <li>नालोकसोन दिनुहोस्:               <ol style="list-style-type: none"> <li>प्याकेज खोल्नुहोस्। उपकरणको परीक्षण नगर्नुहोस्।</li> <li>उपकरणको नोजललाई सम्बन्धित व्यक्तिको नाकमा राख्नुहोस्।</li> <li>नालोकसोन रिलिज गर्नका लागि प्लन्जर थिच्नुहोस्।</li> <li>यदि दुई मिनेटमा कुनै प्रतिक्रिया भएन भने, अर्को मात्रा दिनुहोस्।</li> </ol> </li> </ul>
<p><b>सहयोग</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>उद्धार श्वासप्रश्वास (मुख-बाट-मुख) वैकल्पिक हो। अनुहार कवचका बारेमा तपाईंको किटमा निर्देशनहरू प्राप्त गर्न सकिनेछ। अनुहारको कवच प्रयोग गर्दा पनि कोभिड-१९ प्रसारणको खतरा नगर्नुहोस्।</li> <li>तपाईंले नालोकसोन प्रयोग नगरेका बेला वा उद्धार श्वासप्रश्वास नगराएका बेला सो व्यक्तिलाई <b>रिक्तभरी अवस्थामा (कोल्टे) सताउनुहोस्।</b></li> <li>सो व्यक्ति ब्यूँझिए, के भयो उल्लेख गर्नुहोस्। उनीहरूलाई नालोकसोनको प्रभाव (३०-९० मिनेट) सकिनु अघि लागू पदार्थ प्रयोग गरिएमा, त्यसले निर्लिप्तता (विथड्रअल) घटाउँदैन र अर्को प्रतिक्रियाको खतरा बढाउँछ।</li> </ul>

तपाईंले किट प्राप्त गरेको कार्यक्रममा सम्पर्क गरी आफूले किट प्रयोग गरेको र त्यसको रिफिल आवश्यक भए जानकारी दिनुहोस्, वा अर्को किट कसरी प्राप्त गर्ने बारे जानकारीका लागि [nyc.gov/naloxone](http://nyc.gov/naloxone) हेर्नुहोस्।

लाञ्छनाबाट कसरी बचाउने सहित कोभिड-१९ का बारेमा सामान्य जानकारीका लागि [nyc.gov/health/coronavirus](http://nyc.gov/health/coronavirus) वा [cdc.gov/covid19](http://cdc.gov/covid19) हेर्नुहोस्। वास्तविक-समय अपडेटहरूका लागि [nyc.gov/coronavirus](http://nyc.gov/coronavirus) हेर्नुहोस्।

एनवाइसि स्वास्थ्य विभागले परिस्थितिहरू विकसित हुँदै जाँदा सिफारिसहरू परिवर्तन गर्न सक्नेछ।

6.11.20