

## COVID-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਲਈ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਕਰਨਾ

ਨਲੈਕਸੋਨ (ਨਾਰਕੈਨ) ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਓਪੀਓਇਡ ਦੀ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਉਲਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਓਪੀਓਇਡ ਤੇ ਅਸਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਰੋਇਨ, ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਪੈਨਕਿਲਰਸ ਅਤੇ ਫੈਨਟਾਨਿਲ, ਪਰ ਜੇ ਓਪੀਓਇਡ ਮੌਜੂਦ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵੀ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

**COVID-19 ਸੰਬੰਧੀ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ:** ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕ ਲਈ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਵਾਸਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ 6 ਫੁੱਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਬੇਲੋੜੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਬਚਾਅ ਵਾਸਤੇ ਸਾਹ ਦਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਟ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ ਪਹਿਨੋ। ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ ਜਾਂ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਏ ਹੋਣ, ਆਪਣੇ ਵੱਲੋਂ ਛੂਹੀ ਗਈ ਹਰ ਚੀਜ਼ (ਜਿਵੇਂ ਫੋਨ) 'ਤੇ ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਈਪ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। COVID-19 ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਣ ਲਈ ਚਰਣਾਂ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ:

<p><b>ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਟਰਨਲ ਰਬ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ: ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ, ਹੌਲੀ ਜਾਂ ਬੰਦ ਹੋਇਆ ਸਾਹ, ਬੇਰੰਗ ਬੁੱਲ੍ਹ ਜਾਂ ਉਂਗਲਾਂ, ਘੁਰਾੜੇ ਜਾਂ ਗਰਾਰੇ।</li> <li>ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲਤਾ ਜਾਂਚਣ ਲਈ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਕਰੋ।</li> <li>ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਤਾਂ ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦੀਆਂ ਗੰਢਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਛਾਤੀ ਦੀ ਹੱਡੀ 'ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਉੱਪਰ-ਥੱਲੇ ਰਗੜੋ (ਹਰ ਨਲੈਕਸੋਨ ਕਿਟ ਵਿੱਚ ਗੈਰ-ਲੈਟੈਕਸ ਦਸਤਾਨੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ)।</li> </ul>
<p><b>ਨਲੈਕਸੋਨ ਦਿਓ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ਮੈਡੀਕਲ ਬੈਕਅਪ ਲਈ 911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। COVID-19 ਕਰਕੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਪ੍ਰਤਿਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।</li> <li>ਨਲੈਕਸੋਨ ਦਿਓ:               <ol style="list-style-type: none"> <li>ਪੈਕੇਜ ਨੂੰ ਛਿੱਲ ਕੇ ਖੋਲ੍ਹ ਲਵੋ। ਡਿਵਾਈਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਨਾ ਕਰੋ।</li> <li>ਨੈਜ਼ਲ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਪਾਓ।</li> <li>ਨਲੈਕਸੋਨ ਛੱਡਣ ਲਈ ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਦਬਾਓ।</li> <li>ਜੇਕਰ ਦੋ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਦਿਓ।</li> </ol> </li> </ul>
<p><b>ਸਹਾਇਤਾ</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ਬਚਾਅ ਵਾਸਤੇ ਸਾਹ ਦਵਾਉਣਾ (ਮੂੰਹ-ਤੋਂ-ਮੂੰਹ ਜੋੜ ਕੇ) ਵਿਕਲਪਕ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਟ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ 'ਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵੇਖੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਜੇ ਵੀ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ COVID-19 ਫੈਲਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੈ।</li> <li>ਜਦੋਂ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਨਲੈਕਸੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਸਾਹ ਨਾ ਦਵਾ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਓਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰਿਕਵਰੀ ਸਥਿਤੀ (ਉਸਦੇ ਪਾਸੇ) ਵਿੱਚ ਲਿਟਾਓ।</li> <li>ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਸਨੂੰ ਇਹ ਸਲਾਹ ਦਿਓ ਕਿ ਨਲੈਕਸੋਨ ਦਾ ਅਸਰ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ 30 ਤੋਂ 90 ਮਿੰਟ ਪਹਿਲਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ</li> </ul>

ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਘਟਾਏਗਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਿਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਿਟ ਮਿਲੀ ਸੀ ਉੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਮੁੜ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਿਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [nyc.gov/naloxone](http://nyc.gov/naloxone) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਬਦਨਾਮੀ ਦੇ ਦਾਗ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸਮੇਤ, ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਰੋਗ 2019 (COVID-19) ਬਾਰੇ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [nyc.gov/health/coronavirus](http://nyc.gov/health/coronavirus) ਜਾਂ [cdc.gov/covid19](http://cdc.gov/covid19) 'ਤੇ ਜਾਓ। ਰੀਅਲ-ਟਾਈਮ ਅਪਡੇਟਸ ਲਈ [nyc.gov/coronavirus](http://nyc.gov/coronavirus) 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸਥਿਤੀ ਬਦਲਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ NYC ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

6.11.20