तपाईंको प्रदायकले दुखाइ कम गर्नको लागि लागु औषधिको (ओपिओइड) प्रयोग गर्ने सिफारिस दिनुहुँदैछ ।

यी शक्तिशाली लागू औषधिको (ओपिओइड) सेवनले जो कोही पनि दुर्व्यसनि हुन सक्छन्।

आफैलाई सोध्नुहोस्: के मलाई यो साँच्चैकै आवश्यक छ?

आफ्नो चितिक्सकलाई यस्ता औषधिहरुको (ओपिओइड) सेवन बाट हुन सक्ने जोखिम, असरहरु र उपचारका अन्य तरिका बारेमा सोध्नुहोस्। यदि तपाईंले यस्ता औषधि सेवन गर्ने निर्णय गरिसक्नु भएको छ भने, तल दिएका कुराहरु जान्नु पर्ने हुन्छ।

यस्ता औषधिको प्रयोगले गर्दा तिनिहरुको लत लाग्न सक्छ।

- लागु औषधिहरुको (ओपिओइड) दुर्व्यसन जीवनभरको समस्या हुन सक्छ। एकै पटकको प्रयोगबाट मात्र पनि यस्को लत सुरु हुन सक्छ।
- बाल-बालिका तथा किशोर-किशोरीहरुले सानै उमेरमा लागु औषधको (ओपिओइड) प्रयोग गर्न थालेभने भविस्यमा त्यस्को लत लग्ने सम्भावना धेरै हुन्छ।

तपाईंलाई जतीको आवश्यक छ त्यती मात्र लिनुहोस्।

- चिकित्सकले सिफारिस गरेका सबै लागु औषधी (ओपिओइड) प्रयोग गर्नै पर्छ भन्ने छैन।

अधिमात्रा (औषधीको चाहिने भन्दा अधिक मात्रा वा ओभरडोस्) जस्लाई पनि हुन सक्छ।

- तपाईंको प्रदायकले सिफारिस गरेको भन्दा बढी औषधी सेवन नगरनुहोस्।
- धेरै प्रयोग गर्दा, मदिरा सँग प्रयोग गर्दा वा अन्य औषधी सँग प्रयोग गर्दा लागु औषधीको अधिमात्रा (औषधीको चाहिने भन्दा अधिक मात्रा वा ओभरडोस्) हुन सक्छ। यसबाट तपाईंको सास बन्द हुने, अचेत हुने, दिमाक बिग्रने वा मृत्यु समेत हुन सक्नेछ।
- यदि तपाई रक्सी पिउनुहुन्छ वा अन्य कुनै औषधी लिइरहनु भएको छ भने त्यो कुराको जानकारी तपाईंको चिकित्सक वा प्रदायकलाई दिनुहोस्। यदि तपाईंले पहिला रक्सी पिउने गरेको वा कुनै लगु पदार्थ प्रयोग गर्ने गर्नुभएको थियो भने त्यो कुराको जानकारी पनि तपाईंको चिकित्सक वा प्रदायकलाई दिनुहोस्।
- यदि तपाईंलाई अधिमात्रा (ओभरडोस्) को उच्च जोखिम छ जस्तो लाग्छ भने अन्य विकल्पका बारेमा तपाईंको प्रदायक सँग कुरा गर्नुहोस्।

सवारी साधन वा कुनै ठुला मेसिनहरु नचलाऊनुहोस्।

- लागु औषध (ओपिओइड) ले तपाईंको प्रतिक्रिया समय धीमा गर्नसक्छ। तिनीहरूको कारणले निदाउरोपन श्रीजना हुने, र तपाईंको निर्णय गर्ने क्षमतालाई कम्जोर बनाउन पनि सक्छ।

औषधीको विवरणपत्र राम्रो सँग सख्नुहोस्।

- चिकित्सकले दिएका औषधी वा प्रिस्क्रिप्सन, तल्चा मारी सुरक्छित स्थानमा राख्नुहोस्। केटा-केटी, परिवारका अन्य सदस्य वा पाहुनाले नभेट्ने गरी राख्नुहोस्। तपाईंको औषधी कहाँ छ भन्ने कुराको सधैं ख्याल गर्नुहोस्। औषधी सधैं अस्ली बट्टामा राख्नुहोस् र तेस्को लेबल स्पष्ट पढ्न सकिने गरी सफा राख्नुहोस्। तपाईंलाई सिफारिस गरेर दिएको औषधी तपाईंका साथीभाइ वा परिवार समेतलाई दिने वा बढ्ने नगर्नुहोस्।

बढी भएका औषधीहरु सुरक्षित तरिकाले नष्ट गर्नुहोस्।

- तपाईंलाई सफरिस गरेर दिइएका औषधीहरु चर्पीमा फ्लस गर्ने वा हात धुने सिन्कबाट बगाउने नगरनुहोस्। यसरी फ्लस गरेमा वा जथाभाभी औषधी फालेमा त्यस्ले खाने पानी, वन्यजन्तु, पाल्तु जनावर, र मनिषलाई समेत हानी पुर्याउँछ। भर्मोन्ट्मा तपाईंले प्रयोग गरी नसकेका औषधीहरु स्थायी औषधी नस्ट केन्द्रमा लगेर बुझाउन सक्नुहुन्छ।

थप जानकारीको लागि यो वेबसाइट्मा जानुहोस्।

healthvermont.gov/DrugTakeBack

VERMONT
DEPARTMENTOF HEALTH
healthvermont.gov

04.2017

Your provider is prescribing an opioid drug to treat pain.

Anyone can get addicted to these powerful drugs.

Ask yourself: Do I really need this?

Talk with your doctor about risks, side effects and other ways to treat your pain.
If you decide to take this drug, here's what you need to know:

Using this drug may cause addiction.

- Opioid addiction is a lifelong problem. It can start with just one prescription.
- Children and youth have a higher risk of future addiction if they take opioids when they are young.

Take only what you need.

- You do not have to use all of your opioid prescription.

An overdose can happen to anyone.

- Don't take more medication than your provider prescribed.
- Taking too much or taking it with alcohol or other drugs can cause an overdose. You might stop breathing, go into a coma, have brain damage, or die.
- Tell your provider if you use alcohol or other medications or drugs. Tell your provider if you have used alcohol or drugs in the past.
- If you think you are at high risk of an overdose, talk to your provider about your options.

Do not drive or use heavy machinery.

- Opioids can slow your reaction time. They can also cause drowsiness and confuse your judgment.

Store prescriptions properly.

- Keep prescription drugs locked up. Make sure kids, family, and guests can't get to them. Know where your medication is at all times. Keep it in the original bottle. Make sure the label is clear. Never share or give away your prescription drug, even to family or friends.

Dispose of leftover medicine safely.

- Don't flush prescription drugs down the toilet or wash them down the sink. Flushing drugs or throwing them away can harm drinking water, wildlife, pets and people. In Vermont, you can drop off your unused medications at a permanent drug disposal site.

Go to this website for more information:
healthvermont.gov/DrugTakeBack

VERMONT
DEPARTMENTOF HEALTH
healthvermont.gov
04.2017