Number 118
Punjabi - May 2025

ਨੈਲੋਕਸੋਨ: ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ (ਓਵਰਡੋਜ਼) ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ

Naloxone: Treating opioid poisoning (overdose)

ਓਪੀਔਇਡ ਕੀ ਹਨ?

ਓਪੀਔਇਡ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੋਰਫਿਨ, ਹੈਰੋਇਨ, ਮੈਥਾਡੋਨ, ਫੈਂਟਾਨਿਲ ਅਤੇ ਆਕਸੀਕੋਡੋਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਓਪੀਔਇਡ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਅਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਦਵਾਈ ਸਪਲਾਈ ਰਾਹੀਂ ਵੇਚੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਓਪੀਔਇਡ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਰਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਦਵਾਈ ਸਪਲਾਈ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਓਪੀਔਇਡ ਵਿੱਚ ਫੈਂਟਾਨਿਲ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ (ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼) ਕਿਸਮ ਦਾ ਓਪੀਔਇਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਦਵਾਈ ਸਪਲਾਈ ਵਿੱਚ ਫੈਂਟਾਨਿਲ ਓਪੀਔਇਡ ਜ਼ਹਿਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਕੀ ਹੈ?

ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ (ਜਾਂ ਓਵਰਡੋਜ਼) ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਰੀਰ ਓਪੀਔਇਡ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨਾਲ ਭਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਸਾਹ ਅਨਿਯਮਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹੌਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਰੁਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਕਾਫ਼ੀ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲੋੜੀਂਦੀ ਆਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗੀ ਸੱਟ, ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਅਤੇ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ **9-1-1** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟੇਕ ਹੋਮ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟ ਹੈ ਤਾਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦਿਓ।

ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਮੁੱਦਾ ਕਿਉਂ ਹੈ?

2016 ਤੋਂ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਨਾਲ ਮਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਮੌਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵਾਧੇ ਕਾਰਨ 2016 ਵਿੱਚ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਹੋਇਆ ਜੋ ਅੱਜ ਵੀ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਮੌਤਾਂ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਫੈਂਟਾਨਿਲ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਓਪੀਔਇਡ, ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਦਵਾਈਆਂ, ਅਨਿਯੰਤ੍ਰਿਤ ਡਰੱਗ ਸਪਲਾਈ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ 10 ਤੋਂ 59 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਜ਼ਹਿਰ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਹੁਣ ਗੈਰ-ਕੁਦਰਤੀ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹਨ।

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕੀ ਹੈ?

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਸਨੂੰ ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਹੋਈ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਟੀਕੇ ਅਤੇ ਨੱਕ ਰਾਹੀਂ ਸਪਰੇਅ (ਜਾਂ "ਇੰਟ੍ਰਾਨੇਜ਼ਲ") ਫਾਰਮੂਲੇ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਓਪੀਔਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਲਟਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਮਾਗ ਵਿੱਚ ਓਪੀਔਇਡ ਵਾਂਗ ਉਹਨਾਂ ਹੀ ਥਾਵਾਂ (ਰੀਸੈਪਟਰਾਂ) ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਓਪੀਔਇਡ ਨੂੰ ਰੀਸੈਪਟਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਧੱਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਮ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਬਹਾਲ ਹੋ ਸਕੇ।

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਪਹਿਲੀ ਖੁਰਾਕ 3 ਮਿੰਟਾਂ ਬਾਅਦ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਹਰ 3 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਲੈਂਦਾ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਕਸੀਜਨ ਮਿਲੇ, ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇ ਨਾਲ ਬਚਾਅ ਸਾਹ (rescue breaths) ਦੇਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਸਥਾਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਰਫ 30 ਮਿੰਟ ਤੋਂ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਓਪੀਔਇਡ ਅਜੇ ਵੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਾਹ ਹੌਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੀਆਂ ਵਾਧੂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ **ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ 9-1-1** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹੋ ਅਤੇ ਹਰ 3 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਲੈਂਦਾ।

ਕੀ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰਿਸਪੌਂਡਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਅਣਗਿਣਤ ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦਾ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਜਿਸਨੇ ਓਪੀਔਇਡ ਨਹੀਂ ਲਏ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਓਪੀਔਇਡ ਪ੍ਰਤੀ ਸਰੀਰਕ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੀਆਂ ਉੱਚ ਖੁਰਾਕਾਂ ਅਸਹਿਜ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਅਸਹਿਜ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਾਨਲੇਵਾ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਰਿਸਪੌਂਡਰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਬਚਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸਾਹ ਦੇ ਕੇ, ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਨੂੰ 3 ਮਿੰਟ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦਿਓ ਜਦੋਂ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਆਮ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਟੇਕ ਹੋਮ ਨੈਲੋਕਸੋਨ (THN) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕੀ ਹੈ?

ਅਗਸਤ 2012 ਵਿੱਚ, ਓਪੀਔਡ ਜ਼ਹਿਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਨੁਕਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ. ਦਾ ਟੇਕ ਹੋਮ ਨੈਲੋਕਸੋਨ (THN) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। THN ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੈਰਾਮੈਡਿਕਸ ਦੇ ਆਉਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਸਾਹਾਂ ਨਾਲ ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ, ਪਛਾਣਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਅਧਿਐਨਾਂ ਨੇ ਦਿਖਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਓਪੀਔਇਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇਣ ਨਾਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੌਣ ਯੋਗ ਹੈ?

THN ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕੀਮਤ 'ਤੇ ਇੰਜੈਕਟੇਬਲ ਨਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟਾਂ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ-ਅਧਾਰਤ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰਾਂ ਕੋਲ ਫੈਸਿਲਿਟੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਰਿਸਪਾਂਸ ਬਾਕਸ (FORB) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ https://towardtheheart.com/forb ਰਾਹੀਂ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੈ।

ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਹੈਲਥ ਬੈਨੀਫਿਟਸ ਪਲਾਨ ਰਾਹੀਂ ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇ ਟੀਕੇ ਅਤੇ ਨੇਜ਼ਲ ਸਪਰੇਅ ਦੇ ਰੂਪ ਮੁਫ਼ਤ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

THN ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ?

ਸਿਖਲਾਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਮੁੱਲਾ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਜਾਨ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਾਧਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਾਏਗਾ ਕਿ ਕਿਵੇਂ:

- ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਹੈ
- ਓਪੀਔਇਡ ਪੌਇਜ਼ਨਿੰਗ ਦਾ ਜਵਾਬ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਚਾਅ ਸਾਹ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
- BCCDC ਟੇਕ ਹੋਮ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ, ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਦੇਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ THN ਸਿਖਲਾਈ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਰਜਿਸਟਰਡ THN ਵੰਡ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਔਨਲਾਈਨ ਸਿਖਲਾਈ ਟੂਵਰਡ ਦ ਹਾਰਟ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਸਿਖਲਾਈ ਸਾਈਟ www.naloxonetraining.com 'ਤੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ

ਔਨਲਾਈਨ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੱਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਫਾਰਮੇਸੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ BC THN ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੁਆਰਾ ਰਜਿਸਟਰਡ 2300 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ THN ਕਿੱਟਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ BC THN ਵੰਡ ਸਾਈਟ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਟੂਵਰਡ ਦ ਹਾਰਟ https://towardtheheart.com/site-finder 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਈਲਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

- HealthLinkBC File #102a ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ: ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
- HealthLinkBC File #102b ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣਾ

ਓਵਰਡੋਜ਼ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ, BC THN ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ FNHA ਦੇ ਨੇਜ਼ਲ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ:

- ਟੂਵਰਡ ਦ ਹਾਰਟ: https://towardtheheart.com
- ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਰਕਾਰ: ਓਵਰਡੋਜ਼ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ www2.gov.bc.ca/gov/content/overdose
- ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਹੈਲਥ ਅਥਾਰਿਟੀ: ਨੈਲੋਕਸੋਨ: www.fnha.ca/what-we-do/mental-wellness-and-substance-use/harm-reduction-and-the-toxic-drug-crisis/naloxone

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority