

DuoResp Spiromax[®] ਦਾ ਨੁਸਖਾ ਲਿਖੇ ਗਏ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਇਕ ਗਾਈਡ

ਬੂਡੋਸੋਨਾਈਡ / ਫੋਰਮੋਟੇਰੋਲ



DuoResp[®]
Spiromax[®]
budesonide/formoterol

ਮੈਨੂੰ DuoResp Spiromax ਦਾ ਨੁਸਖਾ ਕਿਉਂ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ?

DuoResp Spiromax ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਦਮੇ ਅਤੇ ਕਰੋਨਿਕ ਔਬਸਟ੍ਰਕਟਿਵ ਪਲਮੋਨਰੀ ਡੀਸੀਜ਼ (ਸੀਓਪੀਡੀ) ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦਮੇ ਜਾਂ ਸੀਓਪੀਡੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇਸ ਦਾ ਨੁਸਖਾ ਲਿਖਿਆ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਨੁਸਖੇ ਵਿੱਚਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਨਾਲ ਡਾਟੇ ਰਹਿਣਾ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਹਤਰ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਦਵਾਈ ਸਿਰਫ਼ ਤਾਂ ਕੰਮ ਕਰੇਗੀ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਰਾਹੀਂ ਹਿਦਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸ ਨੂੰ ਵਰਤਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਸੌਖੀ ਪਹੁੰਚ ਵਿੱਚ ਵੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ ਵੱਖਰਾ ਇਨਹੇਲਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨੁਸਖੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਮੁਤਾਬਕ ਵਰਤਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ DuoResp Spiromax ਇਨਹੇਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ



ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਏਗਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਇਨਹੇਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ - ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਬੱਸ ਪੁੱਛੋ, ਪਰ ਇੱਥੇ ਇਕ ਤੁਰੰਤ ਯਾਦ-ਦਹਾਈ ਹੈ:

ਜਾਣਨ ਲਈ ਚੰਗੀ ਗੱਲ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਹ ਲਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਗ਼ਲਤੀ ਨਾਲ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਅਤੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ; ਇਸ ਤੋਂ ਬੇਪਰਵਾਹ ਕਿ ਢੱਕਣ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਰ ਫ਼ਰਾਟੇ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਮਾਪੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ
- ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਲਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਅਤੇ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਵਧੀਆ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਖੁਰਾਕ ਸੂਚਕ ਹੇਠਾਂ ਗਿਣਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਹੋਰ ਔਖਾ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਇਨਹੇਲਰ ਖਾਲੀ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਫ਼ਰਾਟਾ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਮਿੱਠਾ ਸਵਾਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਇਹ ਤਾਂ ਕੇਵਲ ਦਵਾਈ ਵਿਚਲਾ ਲੈਕਟੋਜ਼ ਹੈ



ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹੋ

ਪਹਿਲੇ, ਇਨਹੇਲਰ ਦਾ ਢੱਕਣ ਥੱਲੇ ਰੱਖ ਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਫੜੋ। ਫੇਰ, ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹੋ - ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਤੇਜ਼ ਕਲਿੱਕ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣਾਈ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਢੱਕਣ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਲੈਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਇਕ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਸਟੀਕਤਾ ਨਾਲ ਮਾਪਦੀ ਹੈ।

ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਛੱਡੋ

ਹੁਣ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੇਫੜੇ ਖਾਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਛੱਡੋ, ਜਿੰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਹੈ - ਭਾਵੇਂ ਆਪਣੇ ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਨਾ ਛੱਡੋ।



ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਲਓ

ਮਾਊਥਪੀਸ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚਕਾਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਕ ਕੱਸੀ ਸੀਲ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਬੰਦ ਕਰੋ। ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੁੱਲਾਂ ਜਾਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਵਾ ਦੀਆਂ ਮੋਰੀਆਂ ਬੰਦ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ। ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਦੁਆਰਾ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨਾ ਡੂੰਘਾ ਅਤੇ ਜ਼ੋਰ ਲਗਾ ਕੇ ਸਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਲਓ, ਫੇਰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਇਨਹੇਲਰ ਨੂੰ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।

ਆਪਣਾ ਸਾਹ ਰੋਕ ਲਓ

ਆਪਣੇ ਸਾਹ ਨੂੰ 10 ਸਕਿੰਟ ਲਈ, ਜਾਂ ਜਿੰਨੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਹੋਵੇ ਰੋਕ ਕੇ ਰੱਖੋ, ਫੇਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਹ ਛੱਡ ਦਿਓ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਆਪਣੇ ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਸਾਹ ਬਾਹਰ ਨਾ ਕੱਢੋ।



ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫ਼ਰਾਟੇ ਲੈ ਚੁੱਕੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ।

ਇਸ DuoResp Spiromax ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਕ ਨਵਾਂ ਇਨਹੇਲਰ ਲੈਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।



ਇਕ ਨਵੇਂ, ਪੂਰੇ DuoResp Spiromax ਇਨਹੇਲਰ ਵਿੱਚ 120 ਜਾਂ 60 ਫ਼ਰਾਟਿਆਂ ਲਈ ਬਥੇਰੀ ਦਵਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੁਸਖੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਗਏ ਇਨਹੇਲਰ ਦੀ ਕਿਸਮ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਦੀ ਮਿਆਦ ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਫ਼ਰਾਟਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਨਹੇਲਰ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਖੁਰਾਕ ਸੂਚਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਲਗਭਗ ਕਿੰਨੇ ਫ਼ਰਾਟੇ ਬਚੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲਗਭਗ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਕਰੀਬ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ 20 ਤੋਂ ਘੱਟ ਫ਼ਰਾਟੇ ਬਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਨੰਬਰ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕ ਨਵੇਂ ਇਨਹੇਲਰ ਲਈ ਦੁਹਰਾਏ ਨੁਸਖੇ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



DuoResp Spiromax ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੈਕ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੀਫਲੈਟ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਲਓ।

DuoResp Spiromax ਕਿਵੇਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਦਮੇ ਅਤੇ ਸੀਓਪੀਡੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਸਾਹ ਦੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਬਣੇ ਰਸਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੋਜਸ਼ ਕਾਰਣ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਛੋਟੀਆਂ ਨਾਲੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹਵਾ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਲਿਜਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਸੁੱਜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਹੋਰ ਤੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ, ਬਲਗਮ ਜਾਂ ਖੰਗਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਡੱਕੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਹੋਰ ਔਖਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਦਮੇ ਅਤੇ ਸੀਓਪੀਡੀ ਦੇ ਇਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣਾਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣਦਾ ਹੈ:

- ਸਾਹ ਦੀ ਕਮੀ
- ਸ਼ੂਕਣ ਦੀ ਆਵਾਜ਼
- ਖਾਂਸੀ
- ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਕੱਸ

DuoResp Spiromax ਵਿੱਚ ਦੋ ਸਰਗਰਮ ਤੱਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ - ਬੁਡੋਸੋਨਾਈਡ ਅਤੇ ਫੋਰਮੋਟੇਰੋਲ:

- ਬੁਡੋਸੋਨਾਈਡ ਸਾਹ ਦੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਦੇ ਰਸਤਿਆਂ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਫੋਰਮੋਟੇਰੋਲ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਅਤੇ ਦੇਰ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਰਾਹਤ ਲਈ ਸਾਹ ਦੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਦੇ ਰਸਤਿਆਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ

ਦਮੇ ਜਾਂ ਸੀਓਪੀਡੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

ਦਮੇ ਅਤੇ ਸੀਓਪੀਡੀ ਦੀਆਂ ਲਾਭਕਾਰੀ
ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ

▶ ਅਸਥਮਾ ਯੂਕੇ:

www.asthma.org.uk

▶ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਲੰਗ ਫਾਊਨਡੇਸ਼ਨ:

www.blf.org.uk

▶ ਸਿਗਰੇਟ ਛੁਡਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ: +

www.nhs.uk/smokefree



ਦੁਸਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਦੇਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜੋ ਪੈਕੇਜ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ www.mhra.gov.uk/yellowcard 'ਤੇ Yellow Card Scheme (ਯੇਲੋ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ) ਦੁਆਰਾ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਦੇ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉੱਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰਤੀਬੂਲ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚਨਾ www.tevauk.com 'ਤੇ Teva UK Limited ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

Teva UK Limited, Ridings Point, Whistler Drive, Castleford,
West Yorkshire WF10 5HX

ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ: ਫਰਵਰੀ 2017

ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਕੋਡ: UK/DUO/16/0065n

ਤੁਹਾਡੀ DuoResp Spiromax ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾ

DuoResp Spiromax ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਨੁਸਖੇ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀ ਖੁਰਾਕ ਹੈ:

.....

.....

.....

.....

.....

ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਦੀ
ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ:

ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ:

.....

ਫੋਨ ਨੰਬਰ:

.....

ਪਤਾ:

.....

.....

.....

ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਲੀ ਤੈਅ-
ਮੁਲਾਕਾਤ:

ਮਿਤੀ:

.....

ਸਮਾਂ:

.....

ਨੋਟਸ:

.....

.....

.....