

DuoResp Spiromax® সুপারিশ করা রোগীদের জন্য একটি নির্দেশিকা

বুডেসোনাইড/ফরমোটেরল



DuoResp®
Spiromax®
budesonide/formoterol

আমাকে কেন DuoResp Spiromax – নেওয়ার সুপারিশ করা হয়েছে?

DuoResp Spiromax শ্বাসের মাধ্যমে নেওয়ার একটি ওষুধ যা হাঁপানি ও দীর্ঘস্থায়ী বাধাদায়ক পালমোনারি রোগের (chronic obstructive pulmonary disease, COPD) চিকিৎসায় ব্যবহৃত হয়। আপনার হাঁপানি বা COPD নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করা, এবং আপনার দৈনন্দিন জীবনের পথে বাধা হয়ে ওঠার ক্ষেত্রে উপসর্গগুলিকে নিরস্ত করতে সাহায্য করার জন্য আপনার ডাক্তার এটির সুপারিশ করেছেন।

আপনার সুপারিশকৃত ডোজটিতে কঠোরভাবে মেনে চলা প্রকৃতই গুরুত্বপূর্ণ, এমনকি আপনি তুলনায় বেশি ভাল বোধ করলেও। আপনার ডাক্তারের নির্দেশ অনুসারে আপনার ওষুধ ব্যবহার করলে শুধুমাত্র সেক্ষেত্রেই এটি কাজ করবে। এছাড়াও যদি আপনার একটি পৃথক মুক্তিদায়ক (রিলিভার) ইনহেলার থাকে তাহলে সেটিকে হাতের কাছে রাখা, এবং সুপারিশ অনুসারে এটি ব্যবহার করে চলা আপনার উচিত।

কীভাবে আপনার

DuoResp Spiromax

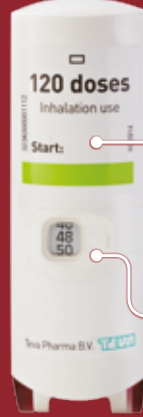
ইনহেলার ব্যবহার করতে হয়

বামু চলাচলের
ছিদ্র



মাউথপিস (মুখ দিয়ে
টানার অংশবিশেষ)

ঢাকনা



যে তারিখে মোড়কটি
(foil packet) খোলা
হয়েছিল তা লেখার জায়গা

ডোজ নির্দেশক

কীভাবে আপনার ইনহেলারটি ব্যবহার করতে হয় তা আপনার ডাক্তার, নার্স বা ফার্মাসিস্ট আপনাকে দেখাবেন – আপনার কোনো প্রশ্ন থাকলে তা জিজ্ঞাসা করুন, তবে এখানে চটপট মনে করানো হল:

জেনে রাখা ভাল:

- আপনি যদি শ্বাসের মাধ্যমে নেওয়া ছাড়াই আকস্মিকভাবে ঢাকনাটি খোলেন ও বন্ধ করেন, তাহলে চিন্তা করবেন না; প্রতিটি পাকের (একবারে শ্বাস নেওয়া) জন্য শুধুমাত্র একটি ডোজের পরিমাণই বেরিয়ে আসে, তা যতবারই ঢাকনাটি খোলা হোক না কেন
- যদিও একটি ডোজ নেওয়া ছাড়া ঢাকনাটি খোলা ও বন্ধ করা ভাল নয়, যেহেতু প্রতিবার আপনি ঢাকনাটি বন্ধ করার সময়ে, ডোজ নির্দেশকটি উল্টো অভিমুখে গণনা করে এমনকি আপনি ডোজটি শ্বাসের মাধ্যমে না নিলেও। এর ফলে কখন ইনহেলারটি খালি হয়ে যায় তা জানা আপনার পক্ষে কঠিন হয়ে যাবে
- আপনি যখন একটি পাক লেন, তখন আপনি হয়ত সামান্য একটা মিষ্টি স্বাদ লক্ষ্য করেন। চিন্তা করবেন না, এটি শুধুমাত্র ওষুধের ল্যাকটোজ



ঢাকনাটি খুলুন

প্রথমে, ঢাকনাটিকে নিচে রেখে ইনহেলারটিকে সিধা করে ধরুন। এরপর, ঢাকনাটি খুলুন – জোরে একটি ক্লিক শব্দ শুনতে পাওয়া আপনার উচিত। আপনি যখন ঢাকনাটি খোলেন, ইনহেলারের অভ্যন্তরে থাকা বিশেষ কৌশলটি নির্ভুলভাবে একটি ডোজ পরিমাপ করে যাতে শ্বাসের মাধ্যমে নেওয়ার জন্য তা আপনার জন্য প্রস্তুত রাখা যায়।

নিঃশ্বাস ছাড়া

এবার, আপনার ফুসফুসগুলি আপনার খালি করা প্রয়োজন। আপনি ইনহেলারটি আপনার মুখে রাখার আগে, ধীরেসুস্থে নিঃশ্বাস ছাড়ুন, আপনার পক্ষে যতটা স্বচ্ছন্দ হয় ততটা – যদিও নিশ্চিত করুন যেন আপনি আপনার ইনহেলারের মধ্য দিয়ে নিঃশ্বাস না ছাড়েন।



ডোজটি শ্বাসের মাধ্যমে নিন

মাউথপিসটিকে আলতো করে আপনার দাঁতগুলির মাঝে রাখুন এবং এটির চারপাশে আপনার ঠোঁট এমনভাবে বন্ধ করুন, যাতে আঁটসাঁট করে নিঃশ্বাস করা সুনিশ্চিত করা যায়। আপনার ঠোঁট বা আঙুল দিয়ে যাতে বায়ু চলাচলের ছিদ্রটি আটকে না যায় সে ব্যাপারে যত্নশীল হোন। এবার আপনার মুখ দিয়ে যতটা সম্ভব গভীর ও শক্তভাবে শ্বাস নিন, এরপর ইনহেলারটি আপনার মুখ থেকে সরিয়ে নিন।

আপনার শ্বাস ধরে রাখুন

আপনার শ্বাস 10 সেকেন্ড, বা স্বচ্ছন্দে যতক্ষণ রাখা যায় ততক্ষণ ধরে রাখুন, তারপর ধীরেসুস্থে শ্বাস ছাড়ুন। মনে রাখুন, আপনার ইনহেলারের মধ্য দিয়ে শ্বাস ছাড়বেন না।



ঢাকনাটি বন্ধ করুন

আপনার হয়ে গেলে, ঢাকনাটি বন্ধ করুন।

আপনার ইনহেলার ফুরিয়ে যাওয়ার আগে নতুন একটি প্রেসক্রিপশনের অনুরোধ জানাতে ভুলবেন না।



একটি নতুন, পূর্ণ DuoResp Spiromax ইনহেলারে 120 বা 60টি পাকের জন্য যথেষ্ট পরিমাণ ওষুধ থাকে, আপনাকে কোনটি নেওয়ার সুপারিশ করা হয়েছে তার উপর নির্ভর করে। এটি কত দিন চলবে তা আপনার প্রতিদিন ব্যবহার করা পাকের সংখ্যার উপর নির্ভর করবে।

আপনার ইনহেলারের পেছনে থাকা ডোজ নির্দেশকটি দেখায় যে আপনার কতগুলি পাক অবশিষ্ট আছে। আপনি প্রায় ফুরিয়ে ফেলার সময়ে, এবং 20টি পাকের কম অবশিষ্ট থাকার সময়ে, সংখ্যাগুলি লাল হয়ে যায়। এই সময়ে আপনাকে একটি নতুন ইনহেলারের জন্য প্রেসক্রিপশনের পুনরাবৃত্তি করার অনুরোধ জানাতে হবে।



DuoResp Spiromax সম্পর্কে আরো তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে মোড়কের ভেতরে থাকা লিফলেটটি দেখুন।

DuoResp Spiromax কীভাবে সাহায্য করতে পারে?

হাঁপানি ও COPD-এর উপসর্গগুলি বায়ুপথগুলির প্রদাহের কারণে সৃষ্ট হয়। এইসকল ক্ষুদ্র নালিকাগুলি আপনার ফুসফুসে বায়ু নিয়ে আসে ও ফুসফুস থেকে তা বের করে দেয়; এগুলিতে প্রদাহ হলে, এগুলি তুলনায় বেশি সংকীর্ণ হয়ে যায় এবং কখনো কখনো স্লেম্মা ও কফে বুজে যায়। এর ফলে স্বাভাবিকভাবে শ্বাস নেওয়া কঠিন হয়ে পড়ে এবং হাঁপানি ও COPD-এর একটি বা একাধিক প্রধান উপসর্গগুলি দেখা দেয়:

- শ্বাসকষ্ট
- শোঁ শোঁ করে শ্বাস নেওয়া
- কাশি
- বুক টানভাব

DuoResp Spiromax-এ দুটি সক্রিয় উপাদান থাকে - বুডেসোনাইড (budesonide) এবং ফরমোটেরল (formoterol):

- বুডেসোনাইড বায়ুপথের প্রদাহ কমাতে ও প্রতিরোধ করতে সাহায্য করে
- ফরমোটেরল উপসর্গগুলি থেকে অবিলম্বে ও স্থায়ীভাবে মুক্তি দেওয়ার জন্য বায়ুপথগুলি খুলে দিতে সাহায্য করে।

হাঁপানি ও COPD সম্পর্কে আরো জানতে চান?

উপযোগী হাঁপানি এবং সিওপিডি ওয়েবসাইটগুলো

- ▶ অ্যাস্থমা UK:
www.asthma.org.uk
- ▶ ব্রিটিশ লাং ফাউন্ডেশন:
www.blf.org.uk
- ▶ ধূমপান পরিত্যাগ করার জন্য সহায়তা:
www.nhs.uk/smokefree



পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলোর প্রতিবেদন করা

আপনার যদি কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেখা দেয়, তাহলে আপনার ডাক্তার, ফার্মাসিস্ট বা নার্সের সাথে কথা বলুন। এই প্যাকেজ লিফলেট-এ তালিকাভুক্ত নেই এমন যে কোনো পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া এর অন্তর্ভুক্ত। আপনি

Yellow Card Scheme (ইয়েলো কার্ড স্কীম)-এর মাধ্যমেও সরাসরি পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি

www.mhra.gov.uk/yellowcard-এ রিপোর্ট করতে পারেন।

পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি রিপোর্ট করার দ্বারা, আপনি এই ওষুধটির নিরাপত্তা সংক্রান্ত আরো তথ্য প্রদানে সাহায্য করতে পারেন। বিবৃতি ঘটনাগুলি Teva UK Limited-কে সরাসরি www.tevauk.com-এও রিপোর্ট করা যেতে পারে।

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

প্রস্তুতির তারিখ: ফেব্রুয়ারি 2017

অনুমোদনের কোড: UK/DUO/16/0065b

আপনার DuoResp Spiromax চিকিৎসা পরিকল্পনা

DuoResp Spiromax[®]-এর আপনার সুপারিশকৃত ডোজটি হল:

.....

.....

.....

.....

.....

স্বাস্থ্যপরিচর্যা দলের
যোগাযোগের তথ্য:

ডাক্তার/নার্স:

.....

ফোন নম্বর:

.....

ঠিকানা:

.....

.....

.....

আপনার পরবর্তী
অ্যাপয়েন্টমেন্ট:

তারিখ:

.....

সময়:

.....

দ্রষ্টব্য:

.....

.....

.....