

কিভাবে আমি আমার ঔষধ নিরাপদে ব্যবহার করবো?

- ঔষধের গায়ের লেবেলে দেওয়া নির্দেশাবলী অনুসরণ করুন।
- কখন এবং কী পরিমাণ ঔষধ নিতে হবে তা জেনে নিন।
- ঔষধের সক্রিয় উপাদান কী কী তা জেনে নিন।
- আপনার সবগুলো ঔষধের একটি লিখিত তালিকা থাকলে তা আপনাকে, ডাক্তারকে এবং আপনার ফার্মাসিস্টকে আপনার ঔষধগুলোর হিসেব রাখতে সাহায্য করতে পারে।

সক্রিয় উপাদান কী (active ingredient)?

- সক্রিয় উপাদানই আপনার ঔষধকে কার্যকরী করে।
- দেখতে ভিন্ন হলেও আপনার কাছে যাতে একই সক্রিয় উপাদান সমৃদ্ধ দুই বা ততোধিক ঔষধ না থাকে তার জন্য ঔষধের লেবেলটি পরীক্ষা করে দেখুন।
- যদি আপনার কাছে একই সক্রিয় উপাদান সম্পন্ন একাধিক ঔষধ থাকে, তাহলে আপনার ডাক্তার বা ফার্মাসিস্ট এর সাথে যোগাযোগ করুন।

কিভাবে আমি সক্রিয় উপাদানগুলো খুঁজে বের করবো?

- আপনার ডাক্তার কিংবা ফার্মাসিস্টকে জিজ্ঞাসা করুন।
- ঔষধের গায়ের লেবেলে সক্রিয় উপাদান উল্লেখ করা থাকে।
- আপনার ঔষধের সক্রিয় উপাদানের একটি রেকর্ড রাখুন। আপনি আপনার ঔষধের একটি ছবি তুলে রাখতে পারেন অথবা ঔষধগুলোর একটি তালিকা রাখতে পারেন।

কিভাবে আমি ঔষধে অর্থ সাশ্রয় করতে পারবো?

- ঔষধের ভিন্ন ভিন্ন নাম থাকতে পারে - যেমন সক্রিয় উপাদানের নাম এবং প্রস্তুতকারী প্রতিষ্ঠানের দেওয়া ব্র্যান্ডের নাম (প্রকৃত ব্র্যান্ডের নাম কিংবা সাধারণ ব্র্যান্ডের নাম)।
- প্রকৃত ব্র্যান্ডের তুলনায় সাধারণ ব্র্যান্ডের ঔষধের দাম প্রায়ই সস্তা থাকে, এমনকি তাদের সক্রিয় উপাদান অভিন্ন হলেও।
- অর্থ সাশ্রয়ের জন্য আপনার ডাক্তার অথবা ফার্মাসিস্ট হয়তো আপনাকে সাধারণ ব্র্যান্ডের ঔষধ কেনার পরামর্শ দিতে পারেন।

আমি কি আমার ঔষধ আমার অসুস্থ কোনো পারিবারিক সদস্য কিংবা বন্ধুবান্ধবদেরকেও দিতে পারি?

- না, আপনার ঔষধ কেবল আপনার জন্যই।
- আপনার ঔষধ যদি আপনার পরিবারের সদস্য কিংবা বন্ধুবান্ধব সেবন করে থাকে তবে তা তাদের জন্য বিপজ্জনক হতে পারে।

কোভিড -19 (Covid-19) মহামারী চলাকালীন আমি কিভাবে আমার ঔষধগুলির হিসেব রাখবো?

- ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী ঔষধ সেবন করুন।
- আপনার কাছে যাতে আপনার প্রেসক্রিপশনের ঔষধগুলোর অন্তত এক মাসের মজুত থাকে তা নিশ্চিত করুন।
- আপনার যদি হাসপাতালে যাওয়ার দরকার হয়, তাহলে সাথে করে আপনার সবগুলো ঔষধ কিংবা সেগুলোর একটি তালিকা নিয়ে নিন।

কাদের সাথে আমি আমার ঔষধ সম্পর্কে কথা বলতে পারি?

- আপনার ডাক্তার কিংবা ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন। আপনার কোনো দোভাষীর প্রয়োজন হলে তাদেরকে বলুন।
- ১৩০০ ৬৩৩ ৪২৪ নম্বরে মেডিসিন লাইন (Medicines Line) কে কল করুন। টেলিফোনে বিনামূল্যে একজন দোভাষী পেতে হলে, ১৩১ ৪৫০ নম্বরে ট্রান্সলেটিং অ্যান্ড ইন্টারপ্রেটিং সার্ভিস (Translating and Interpreting Service, TIS) কে কল করুন, আপনার ভাষাটি উল্লেখ করুন এবং মেডিসিন লাইন এ সংযোগ দিতে বলুন।



সক্রিয় উপাদান

