மருந்துகளைப் பாதுகாப்பாக பயன்படுத்தல்

எனது மருந்தை நான் எவ்வாறு பாதுகாப்பாக பயன்படுத்தலாம்?

- லேபிளில் உள்ள அறிவுறுத்தல்களைப் பின்பற்றவும்.
- உங்கள் மருந்தை எப்போது எடுக்க வேண்டும், எவ்வளவு எடுக்க வேண்டும் என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.
- உங்கள் மருந்திலுள்ள active ingredient- முக்கிய மூலப்பொருளை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.
- உங்களது மருந்துகளின் பெயர்கள் எழுதப்பட்ட பட்டியலை வைத்திருப்பது- உங்களுக்கும், உங்கள் மருத்துவருக்கும் மற்றும் உங்கள் மருந்தாளருக்கும் உங்கள் மருந்துகளின் பாவனையை கண்காணிக்க உதவும்.

முக்கிய மூலப்பொருள் (active ingredient) என்றால் என்ன?

- முக்கிய மூலப்பொருள்தான் உங்கள் மருந்தை வேலைசெய்ய வைக்கிறது.
- உங்களிடம் வேறுபட்ட தோற்றத்திலுள்ள, ஆனால் ஒரே முக்கிய மூலப்பொருளைக் கொண்ட இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட மருந்துகள் இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்த லேபிளைச் சரிபார்க்கவும்.
- ஒரேமாதிரியான முக்கிய மூலப்பொருளைக் கொண்ட ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட மருந்துகள் உங்களிடம் இருந்தால், உங்கள் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

முக்கிய மூலப்பொருளை நான் எவ்வாறு கண்டுபிடிப்பது?

- உங்கள் மருத்துவரிடம் அல்லது உங்கள் மருந்தாளரிடம் கேளுங்கள்.
- மருந்திலுள்ள முக்கிய மூலப்பொருள் லேபிளில் குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும்.
- உங்கள் மருந்திலுள்ள மூலப்பொருளை குறித்து வைத்திருங்கள். உங்கள் மருந்தை படமெடுத்து வைத்திருக்கலாம் அல்லது உங்கள் மருந்துகளின் பட்டியலை உங்களோடு வைத்திருக்கலாம்.

எனது மருந்துச் செலவிலிருந்து பணத்தை எவ்வாறு மீதப்படுத்துவது?

- மருந்துகள் வெவ்வேறு பெயர்களைக் கொண்டிருக்கலாம் - முக்கிய மூலப்பொருளின் பெயர் மற்றும் அந்த மருந்துக்கு வழங்கப்பட்டிருக்கும் பொதுப் பெயர் அல்லது உற்பத்தியாளர் அந்த மருந்துக்கு வழங்கியுள்ள வியாபாரப் பெயர்.
- ஒரு மருந்து ஒரே முக்கிய மூலப்பொருளைக் கொண்டிருந்தாலும், விற்பனை செய்யப்படும் வியாபாரப் பெயர் கொண்ட மருந்தை விட generic brand எனப்படும் பொதுப் பெயர் கொண்ட மருந்து பெரும்பாலும் மலிவானது.
- பணத்தை மிச்சப்படுத்த generic brand எனப்படும் பொதுப் பெயர் கொண்ட மருந்தைப் பெறுமாறு உங்கள் மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளர் உங்களிடம் பரிந்துரைக்கலாம்.

உடல்நிலை சரியில்லாத எனது குடும்ப உறுப்பினர்கள் அல்லது நண்பர்களுடன் எனது மருந்தைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாமா?

- இல்லை, உங்கள் மருந்து உங்களுக்கு மட்டுமே.
- உங்கள் குடும்ப உறுப்பினர் அல்லது நண்பர் உங்கள் மருந்தை எடுத்துக் கொண்டால் அது அவர்களுக்கு ஆபத்தாகலாம்.

கோவிட் -19 (COVID-19) தொற்றுநோய் பரவலின் போது எனது மருந்துகளை எவ்வாறு நிர்வகிப்பது?

- உங்கள் மருத்துவர் பரிந்துரைத்தபடி உங்கள் மருந்துகளை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.
- ஒரு மாதத்திற்கு தேவையான, பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளின் கையிருப்பு உங்களிடம் உள்ளதை உறுதி செய்யுங்கள்.
- நீங்கள் மருத்துவமனைக்குச் செல்ல வேண்டியிருந்தால், உங்கள் மருந்துகள் அல்லது உங்கள் மருந்துகளின் பட்டியலை உங்களுடன் எடுத்துச் செல்லுங்கள்.

எனது மருந்து பற்றி நான் யாருடன் பேச முடியும்?

- உங்கள் மருத்துவர் அல்லது உங்கள் மருந்தாளரிடம் பேசுங்கள். உங்களுக்கு ஒரு மொழிபெயர்ப்பாளர் தேவைப்பட்டால் அவர்களிடம் சொல்லுங்கள்.
- Medicines Line-ஐ 1300 633 424 என்ற இலக்கத்தில் அழைக்கவும். தொலைபேசி வழியான மொழிபெயர்ப்பாளரை இலவசமாகப் பெற்றிட Translating and Interpreting சேவையை(TIS) 131 450 என்ற இலக்கத்தில் அழைத்து, உங்கள் மொழியைக் கூறி, Medicines Line-உடன் இணைக்கச் சொல்லுங்கள்.

NSW GOVERNMENT

இந்த தகவல்தாளை உருவாக்கியது:
NSW Multicultural Health Communication Service (2020)
www.mhcs.health.nsw.gov.au