ادویات کا محفوظ استعمال

میں اپنی ادویات کس طرح محفوظ طریقے سے استعمال کر سکتا/سکتی ہوں؟

- لیبل پر موجود ہدایات پر عمل کریں ۔
- یہ جانیں کہ دوا کب لینی ہے اور کتنی لینی ہے۔
- اپنی دوا کے متحرک جُز کے بارے میں جانیں۔
- اپنی ادویات کی تحریری صورت میں بنائی گئی فہرست آپ کی ادویات کا ریکارڈ رکھنے میں آپ، آپ کے معالج اور دوا ساز کی مدد کر سکتی ہے۔

متحرک جُز (active ingredient) کیا ہے؟

- متحرک جُز ہی آپ کی دوا کو کارگر بناتا ہے۔
- لیبل دیکھ کر یقینی بنائیں کہ آپ کے پاس دو یا دو سے زیادہ ایسی ادویات نہیں ہیں جو دیکھنے میں مختلف ہوں لیکن ایک ہی متحرک جز رکھتی ہوں۔
- اگر آپ کو ایک ہی متحرک جز رکھنے والی دوا یا اُس سے زیادہ ادویات ملتی ہیں تو اپنے معالج یا دوا ساز سے رابطہ کریں۔

میں متحرک جُز کیسے تلاش کر سکتا/سکتی ہوں؟

- اپنے معالج یا دوا ساز سے پوچھیں۔
- متحرک جُز لیبل پر لکھا ہوتا ہے۔
- اپنی دوا کے متحرک جُز کا ریکارڈ مرتب کریں۔ آپ اپنی دوا کی تصویر بھی لے سکتے ہیں یا اپنی ادویات کی فہرست بھی بنا سکتے ہیں۔

میں اپنی دوا پر پیسے کس طرح بچا سکتا/سکتی ہوں؟

- ادویات کے نام مختلف ہو سکتے ہیں – متحرک جُز کا نام اور مینوفیکچرر کی جانب سے دیا ہوا برانڈ نیم (اصل برانڈ نیم یا جینرک برانڈ نیم)۔
- جینرک برانڈ اکثر اصل برانڈ کی دوا سے سستا ہوتا ہے، چاہے ان میں موجود متحرک جُز ایک کیوں نہ ہو۔
- آپ کے معالج یا دوا ساز پیسے بچانے کے لیے آپ کو آپکی دوا کا جینرک برانڈ تجویز کر سکتے ہیں۔

کیا میں اپنی دوائُں اہلِ خانہ یا دوستوں میں بانٹ سکتا/سکتی ہوں جو بیمار ہیں؟

- نہیں، آپ کی دوا صرف آپ کے لیے ہے۔
- اگر اپ کے خاندان کے اراکین یا آپکے دوست آپ کی دوا استعمال کریں گے تو انہیں خطرہ لاحق ہو سکتا ہے۔

میں کرونا وائرس (COVID-19) کی وباء کے دوران اپنی ادویات کیسے استعمال کروں؟

- اپنی ادویات اپنے معالج کی تجویز کے مطابق لیں۔
- یقینی بنائیں کہ آپ کے پاس اپنے نسخے کے مطابق ایک مہینے کی ادویات موجود ہوں۔
- اگر آپ کو ہسپتال جانے کی ضرورت پڑے تو اپنی ادویات یا انکی فہرست اپنے ساتھ لے جائیں۔

میں اپنی دوا کے بارے میں کس سے بات کرسکتا/ کرسکتی ہوں؟

- اپنے معالج یا دوا ساز سے بات کریں۔ اگر آپ کو کسی ترجمان کی ضرورت ہو تو انہیں بتائیں۔
- **1300 633 424 پر میڈیسنز لائن** (Medicines Line) سے رابطہ کریں۔ مفت ٹیلی فون ترجمان کے لیے **ترجمہ و ترجمانی سروس (Translating and Interpreting Service, TIS)** سے **131 450** پر رابطہ کریں، اپنی زبان بتائیں اور میڈیسنز لائن سے منسلک ہونے کا کہیں۔

متحرک جُز

یہ حقائق نامہ NSW ملٹی کلچرل ہیلتھ کمیونیکیشن سروس (2020) نے تیار کیا
www.mhcs.health.nsw.gov.au

NSW GOVERNMENT