افیم نما کے زیادہ استعمال سے متعلق عارضے کے لیے بوپرینورفائن کا استعمال:

مریضوں اور خاندانوں کے لیے معلومات

NYC Health

بوپرینورفائن (جسے بائیوپ کہا جاتا ہے، جس کا تلفظ ”بائی یوپ“ ہے، اور برانڈ ناموں جیسے Suboxone اور Zubsolv کے تحت دستیاب ہے) افیم نما کے زیادہ استعمال سے متعلق عارضے (opioid use disorder, OUD) کے علاج کے لیے ایک دوا ہے۔ OUD صحت کا ایک دائمی عارضہ ہے جس کی وضاحت افیم نما کے زیادہ استعمال سے منسلک مسائل پر مبنی پیٹرن کے طور پر کی گئی ہے (جیسے ہیروئن، فینٹینائل یا نسخے پر ملنے والی درد کی ادویات کا استعمال) جو سنگین خرابی یا تکلیف کا باعث بنتا ہے۔ بائیوپ کو OUD کے علاج کے لیے 20 سال سے زیادہ عرصے سے استعمال کیا جا رہا ہے، طویل مدتی استعمال کے لیے محفوظ ہے اور افیم نما کے زیادہ استعمال سے حفاظت کرتی ہے۔

درج ذیل کے متعلق جاننے کے لیے یہ کتابچہ پڑھیں:

- بائیوپ سے متعلق بنیادی معلومات (بشمول فوائد اور یہ کیسے کام کرتی ہے)
- زائد خوراک سے بچنے کا طریقہ
- بائیوپ کے بارے میں اکثر پوچھے جانے والے سوالات
- بائیوپ تک رسائی کا طریقہ
- بائیوپ کے بارے میں نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے کیسے بات کی جائے
- بائیوپ لینے کے دوران آپ کے حقوق

بائیوپ سے متعلق بنیادی معلومات

بائیوپ کو عام طور پر روزانہ گولی یا تحلیل ہونے والی فلم کے طور پر تجویز کیا جاتا ہے جو زبان کے نیچے رکھی جاتی ہے۔ اسے ہفتہ وار یا ماہانہ انجکشن کے طور پر بھی دیا جا سکتا ہے۔

بائیوپ کی زیادہ تر منہ سے لی جانے والی شکلوں میں نیلوکزون بھی ہوتا ہے جو کہ ایک ایسی دوا ہے جو انجکشن کی صورت میں یا ناک کے اسپرے کے طور پر لیے جانے پر افیم نما کے زیادہ استعمال کے اثرات کو پلٹ دیتی ہے۔ جب منہ کے ذریعے لیا جائے تو نیلوکزون کا کوئی اثر نہیں ہوتا ہے اور اسے بائیوپ میں شامل کیا جاتا ہے تاکہ لوگوں کو تجویز کردہ طریقوں کے علاوہ بائیوپ لینے سے روکا جا سکے۔

بائیوپ کے فوائد

بائیوپ کے فوائد میں ذیل شامل ہیں:

- افیم نما کے زیادہ استعمال کا خطرہ کم کرنا
- چھوڑنے کی علامات اور طلب کو کم کرنا
- مجموعی صحت کی سپورٹ میں مدد کرنا
- گھر میں آسانی سے لی جا سکتی ہے (زیادہ تر کیسز میں

بائیوپ کس طرح کام کرتی ہے

بائیوپ ایک جزوی افیم نما ایگونسٹ ہے، یعنی یہ دیگر افیم نما کی طرح کام کرتی ہے لیکن کچھ کم حد تک۔ افیم نما کے حوالے سے برداشت رکھنے والے لوگوں میں، بائیوپ "ہائی" (نشہ) پیدا کیے بغیر افیم نما چھوڑنے اور طلب سے راحت فراہم کرتی ہے۔

بائیوپ کا "سِیلینگ ایفیکٹ" ہوتا ہے۔ ایک خاص مقدار لینے کے بعد، زیادہ بائیوپ لینے سے نشہ یا تنفسی ڈپریشن پیدا نہیں ہوگا (سست یا اتلی سانس لینا)۔ یہ دیگر افیم نما کے مقابلے میں بائیوپ کے حوالے سے زیادہ مقدار لینے کا خطرہ کم کرتا ہے۔

زائد خوراک سے بچنے کا طریقہ

بائیوپ کے حوالے سے زائد خوراک لینا کم ہی ہوتا ہے۔ یہ عام طور پر ان لوگوں میں پایا جاتا ہے جن میں افیم نما کی برداشت نہیں ہوتی ہے یا جنہوں نے ایک سے زیادہ ڈپریسنٹس (ایسی ادویات جو سانس لینے کو سست کرتی ہیں) کا استعمال کیا ہوتا ہے۔ بائیوپ لینے کے دوران زائد خوراک کے اپنے خطرے کو کم کرنے کے لیے، ڈپریسنٹس کے استعمال سے پرہیز کریں، جیسے الکحل، سکون آور ادویات اور ٹرانکوئلائزرز۔

اگر آپ بائیوپ لینا چھوڑ دیتے ہیں اور غیر ریگولیٹڈ ادویات کی سپلائی سے کوئی بھی افیم نما یا دوائیاں استعمال کرتے ہیں، جیسے کہ فینٹینائل، تو آپ کے زائد خوراک لینے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ فینٹینائل ایک طاقتور افیم نما ہے جو عام طور پر ہیروئن کے طور پر فروخت ہونے والی ادویات میں پایا جاتا ہے۔ یہ غیر افیم نما مادوں میں بھی پایا گیا ہے، جیسے پاؤڈر اور کریک کوکین، میتھیمفیٹامین، اور غیر طبی ذرائع سے حاصل کردہ گولیاں۔

اپنا زائد خوراک کا خطرہ کم کرنے کے لیے:

- فینٹینائل ٹیسٹ اسٹرپس کے ذریعے اپنی منشیات کی جانچ کریں۔
- ایک وقت میں ایک سے زائد منشیات استعمال کرنے سے پرہیز کریں۔
- اکیلے میں منشیات استعمال کرنے سے گریز کریں، یا یقینی بنائیں کہ پاس کوئی ہو جس کے پاس نیلوکزون موجود ہو۔

نیلوکزون استعمال کرنے کا طریقہ سیکھنے اور مفت نیلوکزون کٹ حاصل کرنے کے لیے، **nyc.gov/naloxone** پر جائیں یا **311** پر کال کریں۔

بائیوپ کے بارے میں اکثر پوچھے جانے والے سوالات

کیا بائیوپ میرے لیے ٹھیک ہے؟

اگرچہ کوئی ایک علاج ہر کسی کے لیے صحیح نہیں ہے، بہت سے لوگوں کو یہ تجربہ ہوتا ہے کہ بائیوپ ان کے چھوڑنے کی علامات اور طلب کو کم کرنے میں مدد کرتی ہے۔ اپنے فراہم کنندہ سے اس بارے میں بات کریں کہ آیا آپ کے لیے بائیوپ ایک اچھا آپشن ہے۔

بائیوپ کے عام ضمنی اثرات کیا ہیں؟

ضمنی اثرات عام طور پر ہلکے ہوتے ہیں اور ان میں قبض، متلی، سر درد، اور سونے یا سائے رہنے میں دشواری شامل ہوسکتی ہے۔

مجھے بائیوپ کتنہ عرصہ استعمال کرنی ہوگی؟

آپ کو اس وقت تک بائیوپ لینی چاہیے جب تک کہ یہ آپ کو اپنے اہداف کو پورا کرنے میں مدد کرتی ہے، جس کا مطلب کچھ سال یا ساری عمر بھی ہو سکتا ہے۔ تحقیق میں ان لوگوں کے لیے بہتر نتائج دیکھنے کو ملے ہیں جو طویل عرصے تک بائیوپ لیتے رہے ہیں۔

کیا بائیوپ لینے کے لیے مشاورت یا تھراپی کی ضرورت ہے؟

نہیں، لیکن بہت سے لوگ بائیوپ لینے کے دوران مشاورت یا تھراپی سے فائدہ اٹھاتے ہیں۔

اگر میں بائیوپ لینا شروع کروں تو کیا میں چھوڑنے کی علامات کا سامنا کروں گا؟

بائیوپ شروع کرنے سے پہلے، آپ کو ہلکی سے معتدل حد تک چھوڑنے کے لیے کافی دیر تک دوسرے افیم نما کا استعمال بند کرنا ہوگا۔ بائیوپ چھوڑنے کی علامات کو کم کرنے میں مدد کرے گی۔ ہلکی سے معتدل حد تک چھوڑنے میں میں کتنا وقت لگتا ہے اس کا انحصار ان عوامل پر ہوتا ہے جیسے آپ نے کس قسم کی افیم نما استعمال کیں اور آپ نے انہیں آخری بار کب استعمال کیا۔

اپنے فراہم کنندہ سے اس بارے میں بات کریں کہ بائیوپ کی پہلی خوراک کب اور کہاں لینا بہتر ہے۔ ایک اور افیم نما لینے کے بعد بہت جلد بائیوپ لینے

سے افیم نما چھوڑنے کی اچانک، شدید علامات پیدا ہو سکتی ہیں (جن کو ”پریسپیٹیٹڈ ودڈراول“ کہا جاتا ہے)۔ بائیوپ کے ساتھ پریسپیٹیٹڈ ودڈراول بہت کم ہوتا ہے اور صحیح خوراک اور نسخے کے مطابق بائیوپ لے کر اس سے بچا جا سکتا ہے۔

وہ لوگ جنہوں نے ارادی یا غیر ارادی طور پر زائلازین پر مشتمل دوائیں استعمال کی ہیں وہ زائلازین چھوڑنے کی علامات کا سامنا کر سکتے ہیں۔ زائلازین ایک افیم نما نہیں ہے لہذا بائیوپ ان علامات کو دور نہیں کرے گی۔

کیا صحت بیمہ میں بائیوپ کوور کی جاتی ہے؟

جی ہاں۔ Medicaid، Medicare اور زیادہ تر دیگر صحت بیمہ پلانز بائیوپ کی ادائیگی کرتے ہیں۔ یہ یقینی بنانے کے لیے اپنے صحت بیمہ پلان کے ساتھ چیک کریں کہ آیا بائیوپ منظور شدہ ادویات کی فہرست میں ہے۔ بائیوپ کے عام برانڈ نام Suboxone اور Zubsolv ہیں۔ اگر آپ کے پاس کو پیمنٹ ہے تو آپ مینوفیکچررز کے کوپنز، ڈسکاؤنٹ کارڈز یا مریض کے امدادی پروگراموں کے اہل ہو سکتے ہیں۔

OUD کے علاج کے لیے دیگر ادویات کون سی ہیں؟

بائیوپ اور میتھاڈون OUD کے لیے سب سے مؤثر علاج ہیں۔ یہ وہ واحد دوائیں ہیں جو مہلک زائد خوراک لینے کے خطرے کو کم کرنے میں کار آمد ثابت ہوئی ہیں۔ ایکسٹنڈڈ ریلیز انجیکشن ایبل نالٹریکسون OUD کے علاج کے لیے ایک اور آپشن ہے لیکن یہ زائد خوراک کے خطرے کو کم کرتا دکھائی نہیں دیا ہے۔ اپنے فراہم کنندہ سے خطرات اور فوائد کے بارے میں بات کریں تاکہ یہ فیصلہ کرنے میں مدد ملے کہ آپ کے لیے کیا بہترین ہے۔

بائیوپ تک رسائی کا طریقہ

NYC میں لوگ بائیوپ تک مختلف طریقوں سے رسائی حاصل کر سکتے ہیں:

- اپنے **نگہداشت صحت فراہم کنندہ** سے بات کریں، کیونکہ بہت سے ڈاکٹر، نرس پریکٹیشنرز، فزیشن اسسٹنٹ اور سائیکاٹرسٹ بائیوپ تجویز کرتے ہیں یا آپ کو کسی ایسے فراہم کنندہ کے پاس بھیج سکتے ہیں جو یہ تجویز کرتا ہے۔
    - فراہم کنندہ تلاش کرنے میں مدد کے لیے، **311** یا 844-692-4692 پر کال کریں۔
    - پرائمری کیئر سیٹنگز میں بائیوپ پر مبنی علاج اور OUD سے متعلقہ نگہداشت کا نظم کرنے میں مدد کے لیے، **nyc.gov/health/map** پر جائیں، **"Drug and Alcohol Services"** (ڈرگ اینڈ الکحل سروسز) پر کلک کریں اور **"Buprenorphine Treatment (With Nurse Care Manage)"** [بوپرینورفائن پر مبنی علاج (نرس کیئر مینیجر کے ساتھ)] کو منتخب کریں۔
    - **NYC Health + Hospitals** کے **Virtual ExpressCare** سے 631-397-2273 پر 24/7 پر رابطہ کریں، یا **expresscare.nyc** ملاحظہ کریں۔
- سائٹ پر یا ٹیلی ہیلتھ ٹریٹمنٹ کے لیے کسی **سرنج سروس پروگرام** پر جائیں یا بائیوپ فراہم کنندہ سے رجوع کریں۔
    - **nyc.gov/health** ملاحظہ کریں اور **"syringe service programs"** (سرنج سروس پروگرامز) تلاش کریں۔
- **findaddictiontreatment.ny.gov** پر **نیو یارک ریاست کے لائسنس یافتہ علاج کے پروگرام** پر جائیں۔
- بائیوپ کی ہنگامی فراہمی کے لیے **ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ** میں جائیں۔
- نشہ آور مادہ کے استعمال میں معاونت اور نگہداشت کے حوالے کے لیے **988** پر رابطہ کریں۔
    - 988 پر کال کریں یا ٹیکسٹ کریں یا **nyc.gov/988** پر چیٹ کریں۔

بائیوپ کے بارے میں نگہداشت صحت فراہم کنندہ سے کیسے بات کی جائے

اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ سے قبل

بائیوپ کی پیشکش کرنے والے فراہم کنندہ کی تلاش کرتے وقت، آپ پہلے ان کی خدمات کے بارے میں پوچھنے کے لیے ان سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ ابتدائی کال کے دوران آپ کو اپنا نام یا کوئی ذاتی معلومات شیئر کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ اس بات کا تذکرہ کریں کہ آپ OUD کے علاج کے آپشنز تلاش کر رہے ہیں اور کسی ایسے شخص سے بات کرنا چاہتے ہیں جو ان سوالوں کے بہترین جواب دے سکے تاکہ آپ کو یہ فیصلہ کرنے میں مدد ملے کہ آیا آپ اس فراہم کنندہ سے علاج شروع کرنا چاہتے ہیں:

- کیا آپ افیم نما کے زیادہ استعمال سے متعلق عارضے کے لیے بائیوپ یا کوئی دوسری ادویات پیش کرتے ہیں؟
- کیا بائیوپ شروع کرنے کے لیے کوئی تقاضے ہیں؟
- کیا آپ میرا صحت بیمہ قبول کرتے ہیں؟
- آپ ان لوگوں کے ساتھ کیسے کام کرتے ہیں جن کے پاس صحت بیمہ نہیں ہے؟
- مجھے اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ کے لیے کن دستاویزات یا شناخت ساتھ لانے کی ضرورت ہے؟
- اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ کے کتنی دیر بعد میں بائیوپ شروع کرنے کی توقع کر سکتا ہوں؟
- آپ کون سی فارمیسی کوآرڈینیشن خدمات پیش کرتے ہیں؟
- آپ کونسی اضافی خدمات پیش کرتے ہیں؟

اپنی پہلی اپوائنٹمنٹ کے دوران

بائیوپ شروع کرنے کا عمل فراہم کنندہ کے لحاظ سے مختلف ہو سکتا ہے۔ آپ کی پہلی اپوائنٹمنٹ کے دوران، فراہم کنندہ ممکنہ طور پر آپ سے آپ کی صحت کے بارے میں پوچھے گا (جیسے آپ کی موجودہ یا ماضی کی طبی کیفیات، افیم نما کا استعمال، اور رہائشی صورت حال) اور یہ یقینی بنانے کے لیے آپ کا جسمانی معائنہ (بشمول خون کے کام) کروائے گا کہ آپ کے لیے

بائیوپ کا استعمال محفوظ ہے۔ آپ اور فراہم کنندہ مل کر علاج کا منصوبہ تیار کریں گے جس میں اہداف کا تعین اور کسی بھی اضافی خدمات کی نشاندہی کرنا شامل ہے جس میں آپ شرکت کرنا چاہتے ہیں۔

اپنے فراہم کنندہ کے ساتھ بائیوپ پر مبنی علاج پر بات کرتے وقت، یہ پوچھنے پر غور کریں:

- کیا میں اپنی پہلی خوراک گھر یا آپ کے دفتر میں لوں گا؟
- مجھے کتنی بار پیشاب یا دیگر منشیات کے ٹیسٹ کروانے کی ضرورت ہوگی؟
    - اگر میرا افیم نما یا دیگر نشہ آور مادوں کا ٹیسٹ مثبت آتا ہے تو اس صورت میں کیا ہوگا؟
- مجھے کتنی بار فالو اپ اپوائنٹمنٹ لینے کی ضرورت ہوگی؟
- اگر میری کوئی اپوائنٹمنٹ چُھوٹ جائے تو اس صورت میں کیا ہوگا؟
- اگر میرے کوئی سوالات ہیں، ری فل کی ضرورت ہے یا ضمنی اثرات کا سامنا ہے، میں آپ سے، خاص طور پر دفتری اوقات کے بعد، کیسے رابطہ کر سکتا ہوں؟
- اگر میری اگلی اپوائنٹمنٹ سے پہلے میری دوا گُم جائے یا ختم ہو جائے تو میرے پاس کیا آپشنز ہیں؟
- میری رازداری کی حفاظت کیسے کی جائے گی؟

بائیوپ لینے کے دوران آپ کے حقوق

OUD کے لیے دوا، بشمول بائیوپ، لینے کے لیے کسی کے ساتھ امتیازی سلوک کرنا غیر قانونی ہے۔ زیادہ تر کیسز میں، OUD کے لیے دوا لینے والے افراد کو قانون کے تحت امتیازی سلوک سے تحفظ حاصل ہے۔ ان تحفظات میں ذیل شامل ہیں:

- **ملازمت**
  - زیادہ تر آجروں کو ایسے ملازمین کو مناسب رعایت فراہم کرنی چاہیے جو OUD کے لیے دوائیں لیتے ہیں، جیسے کہ اپوائنٹمنٹس کے لیے کام کے اوقات کو تبدیل کرنا۔
  - زیادہ تر آجر کسی ایسے شخص کو ملازمت سے نکال یا ملازمت کی آفر سے انکار نہیں کر سکتے جو OUD کے لیے دوا لیتا ہے۔
- **ہاؤسنگ**
  - OUD کے لیے دوائی لینے والے کو مکان کرایہ پر دینے یا فروخت کرنے سے انکار کرنا غیر قانونی ہے۔
  - ایسی پالیسیاں رکھنے والی بحالی کی رہائش گاہیں جو OUD کے لیے دوائی لینے والے شخص کے لیے وہاں رہنا مشکل بناتی ہیں، انہیں مناسب رہائش فراہم کرنی چاہیے، جیسے کہ دواؤں کو اسٹور کرنے کے لیے محفوظ جگہ کا بندوبست کرنا۔
- **نگہداشت صحت کی سیٹنگز**
  - نگہداشت صحت فراہم کنندگان، بشمول طویل مدتی نگہداشت کی سہولیات، کسی ایسے شخص کو طبی علاج سے انکار نہیں کر سکتے جو OUD کے لیے دوا لیتا ہے۔
- **بچے کی بہبود**
  - لوگوں سے یہ مطالبہ نہیں کیا جا سکتا کہ وہ اپنے بچوں کی تحویل، ان کے ساتھ دوبارہ ملنے یا انہیں وزٹ کرنے کے لیے OUD کے لیے دوائیں لینا بند کریں۔

- **سرکاری خدمات**
  - سرکاری ادارے کسی ایسے شخص کے لیے خدمات یا فوائد سے انکار نہیں کر سکتے جو OUD کے لیے دوا لیتا ہے۔
- **فوجداری قانون کا نظام**
  - لوگوں کو پروبیشن یا پیرول پر رہتے ہوئے OUD کے لیے دوا لینے کا حق ہے۔

اگر آپ OUD کے لیے بائیوپ یا کوئی اور دوا لیتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ آپ کے ساتھ امتیازی سلوک کیا جا رہا ہے تو ذیل پر رابطہ کریں:

- **NYC کمشن برائے انسانی حقوق:** 212-416-0197 پر کال کریں یا **nyc.gov/site/cchr/about/report-discrimination.page** ملاحظہ کریں۔
- **Legal Action Center (لیگل ایکشن سنٹر):** 212-243-1313 پر کال کریں یا **lac.org** ملاحظہ کریں۔
- **نیو یارک اسٹیٹ ڈویژن برائے انسانی حقوق:** 888-392-3644 پر کال کریں یا **dhr.ny.gov/complaint** ملاحظہ کریں۔

OUD کے لیے بائیوپ کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، **nyc.gov/health** پر جائیں اور **"bupe treatment"** (بائیوپ پر مبنی علاج) تلاش کریں۔

ذہنی صحت اور نشہ آور مادے کے استعمال کے حوالے سے سپورٹ کے لیے 988 پر کال یا ٹیکسٹ کریں یا **nyc.gov/988** پر آن لائن چیٹ کریں۔ ٹیکسٹ اور چیٹ کی خدمات انگریزی اور ہسپانوی میں دستیاب ہیں اور 200 سے زائد زبانوں میں صلاح کار بذریعہ فون 24/7 دستیاب ہیں۔