

ওপিঅয়েড ব্যবহার-জনিত অসুস্থতা চিকিৎসার জন্য বুপ্ৰেনরফাইন-সম্পর্কিত গুজব এবং বাস্তব তথ্য

আমেরিকার খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসন (U.S. Food and Drug Administration) দ্বারা অনুমোদিত ওষুধ, যেমন বুপ্ৰেনরফাইন (যা বুপ নামে পরিচিত এবং Suboxone ও Zubsolv মতো ব্র্যান্ড নামে পরিচিত), উপলব্ধ রয়েছে যা ওপিঅয়েড ব্যবহার-জনিত অসুস্থতা (opioid use disorder, OUD) এর চিকিৎসা, ওপিঅয়েড ব্যবহার প্রতিরোধ বা হ্রাস এবং আকাঙ্ক্ষা ও প্রত্যাহারের লক্ষণগুলি নিয়ন্ত্রণ করতে সহায়তা করে। বুপ এবং OUD সম্পর্কে কিছু সাধারণ গুজব এবং বাস্তব তথ্য সম্পর্কে আরো জানতে পড়তে থাকুন।

গুজব	তথ্য
OUD এর জন্য ওষুধ গ্রহণ মানে একটি আসক্তির পরিবর্তে অন্য আসক্তি গ্রহণ করা।	OUD একটি দীর্ঘস্থায়ী স্বাস্থ্য সমস্যা যা ওষুধ দিয়ে চিকিৎসা এবং নিয়ন্ত্রণ করা যেতে পারে। OUD এর চিকিৎসার জন্য ওষুধ গ্রহণ করা মানে ডায়াবেটিসের চিকিৎসার জন্য ইনসুলিন গ্রহণ করার মতো।
OUD এর জন্য ওষুধ গ্রহণ মানে আপনি প্রকৃতপক্ষে পুনরুদ্ধারে নেই।	পুনরুদ্ধার হল একটি পরিবর্তনের প্রক্রিয়া যার মাধ্যমে মানুষ তাদের স্বাস্থ্য এবং সুস্থতা উন্নত করে, স্ব-নির্ধারিত লক্ষ্য স্থির করে এবং তাদের সম্পূর্ণ সম্ভাবনায় পৌঁছানোর চেষ্টা করে। বুপ এবং মেথাডোনের মতো ওষুধ গ্রহণ পুনরুদ্ধারের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ।
OUD থাকা ব্যক্তিদের বুপ না নিয়েই ওপিঅয়েড ব্যবহার “কোল্ড টার্কি” (হঠাৎ) বন্ধ করতে সক্ষম হওয়া উচিত। OUD এর জন্য বুপ গ্রহণ মানে যারা বুপ গ্রহণ করেন না তাদের তুলনায় আপনার ইচ্ছাশক্তি কম।	OUD একটি দীর্ঘস্থায়ী চিকিৎসাগত অসুস্থতা, নৈতিক দুর্বলতা নয়, এবং ওপিঅয়েডের আকাঙ্ক্ষা একটি জৈবিক প্রতিক্রিয়া যা একজন ব্যক্তির ইচ্ছাশক্তির উপর নির্ভর করে না। অনেকেই ওষুধ ছাড়া ওপিঅয়েড ব্যবহার বন্ধ করতে বা কমাতে সক্ষম হয় না। OUD থেকে পুনরুদ্ধার এই বিষয়ের সাথে সম্পর্কিত নয় যে কেউ ওপিঅয়েড ব্যবহার “কোল্ড টার্কি” করে বন্ধ করেছে কিনা। যারা হঠাৎ ওপিঅয়েড ব্যবহার বন্ধ করে বা ডিটক্সে যায় এবং বুপ বা মেথাডোন শুরু না করে বাড়ি ফিরে যায়, তাদের ওভারডোজের ঝুঁকি বেড়ে যায়।
যারা সক্রিয়ভাবে মাদক ব্যবহার করছেন তাদের জন্য বুপ চিকিৎসা বন্ধ করা উচিত বা শুরু করা উচিত নয়।	সব ধরনের মাদক ব্যবহার সম্পূর্ণরূপে বন্ধ করা বুপ নিরাপদে শুরু করার এবং এর সুবিধা গ্রহণ করার জন্য প্রয়োজনীয় নয়। তবে, বুপের প্রথম ডোজ নেওয়ার আগে নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে কোনো ওপিঅয়েড ব্যবহার করা উচিত নয়। বুপ নিরাপদে শুরু করতে এবং প্রত্যাহারের লক্ষণগুলি এড়াতে আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন।
বুপ চিকিৎসা স্বল্প-মেয়াদী হওয়া উচিত বা একটি নির্দিষ্ট সময় পরে বন্ধ করা উচিত।	কেউ বুপ কতদিন গ্রহণ করবেন তার নির্দিষ্ট কোনো সময়সীমা নেই। যতদিন কেউ এর সুবিধা পান, ততদিন OUD এর জন্য বুপ গ্রহণ করা উচিত, যা বছরের পর বছর বা তাদের পুরো জীবন হতে পারে। যারা দীর্ঘ সময়ের জন্য বুপ গ্রহণ করেন তাদের বেশিরভাগেরই ভাল ফলাফল হয় যারা কম সময়ের জন্য বুপ নেন তাদের তুলনায়।

গুজব	তথ্য
বুপ কাউন্সেলিং বা থেরাপি ছাড়া উপকারী নয়।	চিকিৎসা এবং পুনরুদ্ধার সবার জন্য আলাদা। অনেকেই কাউন্সেলিং বা থেরাপি থেকে উপকৃত হন, তবে বুপ OUD এর চিকিৎসায় খুবই কার্যকর, এমনকি কাউন্সেলিং বা থেরাপি ছাড়াও।
বুপ প্রায়শই অপব্যবহার হয় (নির্ধারিত বা নির্দেশিত হিসাবে নেওয়া হয় না বা প্রেসক্রিপশন ছাড়া নেওয়া হয়)।	বুপ, অন্যান্য ওষুধের মতোই, অপব্যবহার করা যেতে পারে। যেহেতু বুপ হেরোইন বা ফেন্টানিলের মতো অন্যান্য ওপিঅয়েডের চেয়ে দুর্বল, এটি সাধারণত “হাই” পেতে ব্যবহৃত হয় না। কিছু লোক চিকিৎসা প্রদানকারীদের অ্যাক্সেসের অভাবে প্রেসক্রিপশন ছাড়া বুপ গ্রহণ করতে পারে, এবং এটি গ্রহণ করা তাদের প্রত্যাহারের লক্ষণগুলি এড়াতে বা ওপিঅয়েড ব্যবহার বন্ধ করতে বা কমাতে সহায়তা করে।
বুপ দিয়ে ওভারডোজ করা সহজ।	নিজে থেকে বুপ দিয়ে ওভারডোজ করা খুব কঠিন। বুপের একটি “সিলিং ইফেক্ট” রয়েছে, অর্থাৎ নির্দিষ্ট পরিমাণ নেওয়ার পরে, আরো বুপ গ্রহণ করা “হাই” তৈরি করবে না বা শ্বাসপ্রশ্বাসের অবসাদ (ধীর বা অগভীর শ্বাস) সৃষ্টি করবে না। এর মানে হল যে কেউ নির্ধারিত পরিমাণের বেশি বুপ নিলেও, এটি বাড়তি ঘুম বা ধীর শ্বাস তৈরি করবে না। যদি কেউ বুপ দিয়ে ওভারডোজ করে, তাহলে সাধারণত তার কারণ হল যে তারা অন্যান্য শ্বাস-প্রশ্বাস ধীর করা ওষুধ, যেমন বেনজোডিয়াজেপাইন বা অ্যালকোহলও গ্রহণ করেছে।
ফেন্টানিল ব্যবহার করলে বুপ কাজ করে না।	বুপ সমস্ত ওপিঅয়েডের জন্য একইভাবে কাজ করে, যার মধ্যে ফেন্টানিলও অন্তর্ভুক্ত রয়েছে, প্রত্যাহার নিয়ন্ত্রণ করে এবং ওভারডোজের ঝুঁকি হ্রাস করার মাধ্যমে। তবে, ফেন্টানিল ব্যবহারের পর খুব তাড়াতাড়ি বুপ শুরু করলে আকস্মিক প্রত্যাহারের লক্ষণ সৃষ্টি হতে পারে। এই প্রভাবগুলি এড়াতে বুপ কবে শুরু করবেন তা নিয়ে আপনার প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন।

আরো তথ্য এবং বুপ খুঁজে পেতে সাহায্যের জন্য, nyc.gov/health ভিজিট করুন এবং “**bupe treatment**” (বুপ চিকিৎসা) অনুসন্ধান করুন।

একজন স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারী খুঁজে পেতে **311** নম্বরে অথবা **844-692-4692** নম্বরে ফোন করুন।

মানসিক স্বাস্থ্য এবং মাদক ব্যবহার সংক্রান্ত সহায়তার জন্য, 988 নম্বরে কল বা টেক্সট করুন বা nyc.gov/988-এ চ্যাট করুন। টেক্সট ও চ্যাট পরিষেবাগুলি ইংরেজি ও স্পেনীয় ভাষায় উপলভ্য রয়েছে, এবং কাউন্সেলরগণ ফোনে 200 টিরও বেশি ভাষায় 24/7 উপলভ্য রয়েছেন।