আমি কীভাবে তামাক চিকিৎসা ওষুধসমূহ পেতে পারি?

অনেক গণজমায়েতের স্থান ও আবাসনে ধূমপান-মুক্ত আইন থাকায়, তীব্র আকাঙ্ক্ষা ও ত্যাগ-পরবর্তী অস্বস্তি মোকাবেলা করছেন এমন ব্যক্তিদের জন্য তামাক পণ্য ব্যবহার করতে অসুবিধা হতে পারে। মানুষ যখন তামাক চিকিৎসা ওষুধসমূহ, যেমন নিকোটিন প্রতিস্থাপন থেরাপি (nicotine replacement therapy, NRT) ব্যবহার করে, তখন তারা ধূমপান ছাড়তে প্রস্তুত থাকুক আর না থাকুক, যখন তারা চায় বা প্রয়োজন হয় তখন তাদের তামাক-মুক্ত থাকায় সফল হওয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়।

NRT এর তিনটি ধরণ (প্যাচ, গাম এবং লজেঞ্জ) ওভার দ্য কাউন্টার পাওয়া যায়, যার অর্থ হল আপনি এগুলো কোনো প্রেসক্রিপশন ছাড়াই যে কোনো ওষুধের দোকান থেকে কিনতে পারবেন। **কিন্তু আপনার যদি বিমা থাকে এবং আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর কাছ থেকে একটি প্রেসক্রিপশন পান, NRT এবং বুপ্রোপিয়ন SR (Zyban বা Wellbutrin) এর মত অন্যান্য ওষুধ এবং ভ্যারেনিক্লাইন (Chantix)** ***ন্যূনতম মূল্যে বা বিনামূল্যে আপনাকে দেওয়া হতে পারে।***

Bengali

আপনার বিমার কভারেজ অনুযায়ী কীভাবে NRT এবং অন্যান্য তামাক চিকিৎসা ওষুধ পাবেন সে সম্পর্কে নিচে আরো জানুন।

■ = কভারেজ আছে ■ = কভারেজ নেই ■ = কভারেজ ভিন্ন হতে পারে

আপনার যদি নিউ ইয়র্ক স্টেট (NYS) মেডিকেইড থাকে:				
	নাকের স্প্রে	ভ্যারেনিক্লাইন	বুপ্রোপিয়ন SR	ইনহেলার
	লজেঞ্জ	গাম	প্যাচ	

- প্রেসক্রিপশন থাকলে, NYS মেডিকেইড NRT এর পাঁচটি রূপের (প্যাচ, গাম, লজেঞ্জ, ইনহেলার এবং নাকের স্প্রে) পাশাপাশি বুপ্রোপিয়ন SR (Zyban বা Wellbutrin) এবং ভ্যারেনিক্লাইন (Chantix) ও কভার করে।
- NYS মেডিকেইড তাদের কভারকৃত প্রেসক্রিপশনের সংখ্যার কোনো সীমা বেধে দেয় না এবং আগে থেকে কোনো অনুমোদনও চায় না।
- NYS মেডিকেইড একই সাথে NRT বা তামাক চিকিৎসা ওষুধসমূহও কভার করে। এর অর্থ হল, উদাহারণস্বরূপ, আপনি আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর কাছে একটি দীর্ঘমেয়াদে-কার্যকর NRT (প্যাচ) এবং স্বল্পমেয়াদে-কার্যকর NRT (গাম, লজেঞ্জ, নাকের স্প্রে বা ইনহেলার) উভয়টিই চাইতে পারেন এবং মেডিকেইড উভয়টিই কভার করবে। তাছাড়া আপনি NRT এবং বুপ্রোপিয়ন SR উভয়টির জন্যই প্রেসক্রিপশন চাইতে পারেন, এবং মেডিকেইড উভয়টিই কভার করবে।

আপনার যদি মেডিকেয়ার থাকে:

নাকের স্প্রে	ভ্যারেনিক্লাইন	বুপ্রোপিয়ন SR	ইনহেলার
লজেঞ্জ	গাম	প্যাচ	

- প্রেসক্রিপশন থাকলে, মেডিকেয়ার পার্ট D এবং মেডিকেয়ার অ্যাডভান্টেজ (পার্ট C) প্রেসক্রিপশন ড্রাগ প্ল্যানসমূহ নিকোটিন নাকের স্প্রে, নিকোটিন ইনহেলার, বুপ্রোপিয়ন SR (Zyban বা Wellbutrin) এবং ভ্যারেনিক্লাইন (Chantix) কভার করে।
- ওভার দ্য কাউন্টার উপলব্ধ আছে এমন NRT (প্যাচ, গাম এবং লজেঞ্জ) মেডিকেয়ার কভার করে না, এমনকি প্রেসক্রিপশন থাকলেও।

যদি আপনার ব্যক্তিগত বিমা প্ল্যান থাকে:

(আপনার নিয়োগদাতার কাছ থেকে পাওয়া প্ল্যানসমূহ সহ)

নাকের স্প্রে	ভ্যারেনিক্লাইন	বুপ্রোপিয়ন SR	ইনহেলার
লজেঞ্জ	গাম	প্যাচ	

- NYS এর আইন অনুযায়ী স্বাস্থ্য বিমা প্ল্যানসমূহ খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA) কর্তৃক অনুমোদিত সব ধরনের NRT এবং অন্যান্য তামাক চিকিৎসা ওষুধসমূহের জন্য কভারেজ দিতে বাধ্য। তবে, কিছু প্ল্যান এই বাধ্যবাধকতা থেকে মুক্ত, তাই আপনার বিমা কোম্পানির সাথে সরাসরি যোগাযোগ করে (আপনার বিমা কার্ডের পিছনে থাকা নম্বরে কল করে) তারা কভারেজ দেয় কিনা তা জেনে নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ। কী কভার করা হয় তা জানার জন্য এই প্রশ্নগুলি করুন:
  - কোন তামাক চিকিৎসা ওষুধগুলো আমার বিমা প্ল্যান দ্বারা কভার করা হয়? (প্রতিটি ওষুধের ব্যাপারে আলাদা করে জিজ্ঞাসা করুন।)
  - ওষুধের কভারেজের জন্য কি কোনো বাধ্যবাধকতা আছে? (বাধ্যবাধকতাসমূহের মধ্যে থাকতে পারে আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর কাছ থেকে পূর্বের অনুমোদন বা নথিপত্র যা বলে যে আপনি অতীতে অন্য কোনো ওষুধ ব্যবহার করে ব্যর্থ হয়েছেন।)
  - ওষুধের খরচ কি সম্পূর্ণভাবে কভার করা হবে, নাকি আমাকে এর একটি অংশ দিতে হবে? কোপেমেন্ট আছে কি?

সাধারণ প্রশ্নসমূহ

আমি কীভাবে NRT বা অন্যান্য তামাক চিকিৎসা ওষুধের জন্য একটি প্রেসক্রিপশন পেতে পারি?

- আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন এবং ব্যাখ্যা করুন যে আপনি উপরে উল্লিখিত ওষুধগুলির যে কোনোটি ব্যবহার করে দেখতে চান।
- আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে **চিঠিটি শেয়ার করুন**। এতে ধূমপানের সময় NRT ব্যবহার করা যে নিরাপদ সেটি সহ NRT সম্পর্কিত গুরুত্বপূর্ণ তথ্য আছে।

আমি কীভাবে জানব যে কোন NRT বা ওষুধটি আমি ব্যবহার করে দেখতে চাই?

nyc.gov/health ভিজিট করে এবং **"Be Free With NRT" (NRT এর সাহায্যে মুক্ত হোন)** অনুসন্ধান করে আরো তথ্য পান, যার মধ্যে আছে:

- একটি **পকেট গাইড** যা ব্যাখ্যা করে কীভাবে প্রতিটি ওষুধ ব্যবহার করতে হবে, প্রতিটি ওষুধের সুবিধা ও অসুবিধাসমূহ এবং সাধারণ প্রশ্নসমূহের উত্তর
- NRT এর সুবিধাসমূহ এবং কীভাবে বিভিন্ন ধরণের ওষুধ ব্যবহার করতে হবে সে সম্পর্কে একটি **ভিডিও**

যদি আমার বিমা না থাকে এবং আমি NRT ব্যবহার করে দেখতে চাই তাহলে?

- একজন ধূমপান ত্যাগ কোচের সাথে কথা বলতে এবং আপনি NRT এর একটি বিনামূল্যের স্টার্টার কিট পাওয়ার যোগ্য কিনা তা জানতে NYS ধূমপায়ী কুইটলাইনে যোগাযোগ করুন।
  - **nysmokefree.com** ভিজিট করুন বা 866-697-8487 এ কল করুন।
- আপনার নিকটে বিনামূল্যের ওষুধ প্রদান করে এমন স্থানীয় ধূমপান-ত্যাগ প্রকল্পসমূহ খুঁজে পেতে **nyc.gov/health/map** ভিজিট করুন।
- আপনার যদি মেডিকেইড সহ অন্যান্য স্বাস্থ্য বিমার জন্য সাইন আপ করতে সাহায্য দরকার হয়, তাহলে বিনামূল্যের সরাসরি সহায়তা উপলব্ধ রয়েছে:
  - একজন নিবন্ধনকারীর সাথে যোগাযোগ করতে **311** এ কল করুন বা **nyc.gov/health** ভিজিট করুন এবং **"health insurance" (স্বাস্থ্য বিমা)** অনুসন্ধান করুন।

NRT বা অন্যান্য তামাক চিকিৎসা ওষুধের একটি প্রেসক্রিপশন পাওয়ার জন্য এই চিঠিটি আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীর সাথে শেয়ার করুন।

NYC Health

NEW YORK CITY DEPARTMENT OF HEALTH AND MENTAL HYGIENE
Ashwin Vasan, MD, PhD
Commissioner

June 2024

Dear Colleagues,

As health care providers, we know that helping patients address tobacco use is one of the most important things we can do to help them improve their health. However, many patients need more than just advice. Tobacco use treatment can provide patients with support and the ability to manage the discomfort of withdrawal, whether they are ready to quit or need help managing smoke-free spaces, like a residential building or workspace. Advice coupled with treatment — both long-acting medications (such as bupropion SR or nicotine patch) and short-acting medications (such as nicotine gum, lozenge, nasal spray or inhaler) to address immediate cravings — can provide critical support in any of these scenarios.

Recent coverage changes by the NYS Medicaid Fee-for-Service (FFS) and all 18 Managed Care Organizations (MCOs), as well as medication guidance changes by the FDA, make it easier to prescribe these safe and effective regimens for your patients:

- NYS Medicaid removed the two-course annual limit for smoking cessation medications. This includes all seven FDA-approved tobacco use medications as well as combinations of medications, such as long- and short-acting medications.
- NYS Medicaid removed prior authorization for prescribing tobacco use medications (except for brand-name products when generics are available).
- The FDA approved removal of the warning about using two forms of nicotine-containing products simultaneously, indicating there are no significant safety concerns with prescribing combination nicotine replacement therapy (NRT) or the use of NRT with another nicotine-containing product, such as tobacco.
- The FDA approved the removal of the guidance to limit NRT use to eight to 12 weeks and the boxed warning about potential neuropsychiatric side effects for both varenicline and bupropion SR when used for smoking cessation.

Smoking rates have significantly decreased over the last two decades, but we still have work to do. Tobacco use continues to be a leading cause of preventable morbidity and mortality, and smoking increases the risk of severe illness from COVID-19. The recently expanded Medicaid benefit for medication and updated FDA guidance provide a great opportunity to address tobacco use with your patients. For more information, visit **nyc.gov/health** and search for **Be Free With NRT**.

Sincerely,

Ashwin Vasan, MD, PhD
Commissioner
New York City Department of Health and Mental Hygiene