ওপিওয়েড ওভারডোজের জন্য ফার্স্ট এইড

ন্যালক্সোন একটি নিরাপদ ওষুধ যা একটি ওপিওয়েড ওভারডোজের প্রভাব বদলে দিতে পারে। এটি কেবল ফেন্টানিলের মত ওপিওয়েডের ক্ষেত্রে কাজ করে। কোকেন এবং মেথাম্পহেটামিন সহ বহু মাদকে ফেন্টানিল পাওয়া গেছে। ওপিওয়েড উপস্থিত না থাকলেও ন্যালোক্সোন ব্যবহার করা নিরাপদ। যারা ওপিওয়েড নয় এমন মাদক ব্যবহার করেন তারাও ওভারডোজের ঝুঁকিতে থাকতে পারেন।

এখানে সংরক্ষিত ন্যালোক্সোন কিট খুঁজে পান:

____

____।

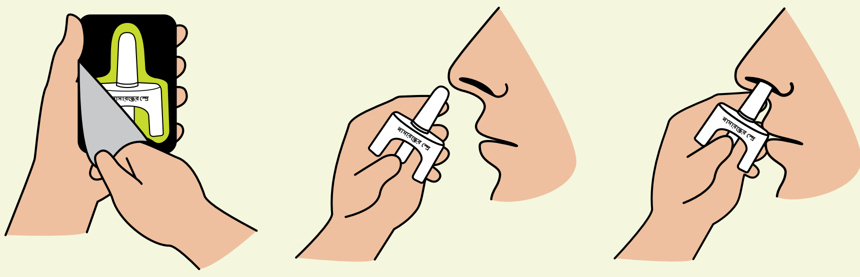
ওপিওয়েড ওভারডোজের লক্ষণগুলির মধ্যে আছে:

- প্রতিক্রিয়াহীনতা অথবা সংজ্ঞাহীনতা
- মন্থর শ্বাস অথবা শ্বাস নেওয়া বন্ধ হয়ে যাওয়া
- নিল, ধুসর অথবা সাদা ঠোঁট অথবা আঙ্গুলের ডগা
- নাক ডাকার মত অথবা গার্গল করার মত শব্দ
- পেশীর কঠিনতা অথবা অনমনিয়তা

আপনার যদি মনে হয় যে কারো ওভারডোজ হয়েছে, তাদের কানে চিৎকার করে প্রতিক্রিয়া দেখুন। তারা যদি কোন প্রতিক্রিয়া না করেন, আপনার আঙ্গুলের গাঁট তাদের ব্রেস্টবোনে (স্টার্নাল রাব) পিষে দিন।

স্টার্নাল রাবে যদি তাদের কোন প্রতিক্রিয়া না হয়:

1. চিকিৎসাগত সাহায্যের জন্য **911** নম্বরে ফোন করুন।
2. সেই ব্যক্তিকে নালোক্সোন দিন প্যাকেজটি ছিঁড়ে, নজলটি একটি নাশারন্ধ্রে স্থাপন করে এবং সেটি টিপে।
   - যদি দুই মিনিটের মধ্যে কোন প্রতিক্রিয়া না হয়, অন্য নাশারন্ধ্রে দ্বিতীয় ডোজটি দিন।



3. ব্যক্তিটির যদি নালোক্সোনে কোন প্রতিক্রিয়া না হয়, তাকে উদ্ধারের শ্বাস বা কার্ডিওপালমোনারি রেসাসিটেশন (Cardiopulmonary resuscitation, CPR) দিন (নালোক্সোন কিটে একটি ফেস শিল্ড অন্তর্ভুক্ত)।
   - সেই ব্যক্তির মাথা পিছনে হেলিয়ে দিন এবং নাকে চিপুন। শুরু করতে দুবার শ্বাস দিন, তারপর প্রতি পাঁচ সেকেন্ডে একটি শ্বাস দিন।
   - তাদের বুক উপরে ঠেলে উঠছে কিনা তা পরীক্ষা করুন।
4. যখন নালোক্সোন বা উদ্ধারের শ্বাস দিচ্ছেন না, তখন ব্যক্তিকে পাশ ফিরিয়ে শোয়ান দম আটকে যাওয়া এড়ানোর জন্য।
5. ব্যক্তিটির সাথে থাকুন যতক্ষণ না সাহায্য এসে পৌঁছোচ্ছে।

আরো তথ্যের জন্য QR কোডটি স্ক্যান করুন অথবা **nyc.gov/health/naloxone** এ যান।

NYC Health

6.22 Bengali