প্যাক্সলোভিড সম্পর্কে আপনার যা জানা দরকার

প্যাক্সলোভিড কি?

প্যাক্সলোভিড এমন একটি ওষুধ যা আপনাকে কোভিড-১৯ থেকে অসুস্থ হওয়া থেকে রক্ষা করতে সহায়তা করে।

এটিতে দুটি ওষুধ রয়েছে (নিরমাট্রেলভির এবং রিটোনাভির) যা আপনার দেহের অভ্যন্তরে কোভিড-১৯ ভাইরাস ছড়িয়ে পড়া বন্ধ করতে একসাথে কাজ করে।

প্যাক্সলোভিড আপনার লক্ষণগুলি আরও খারাপ হওয়া থেকে রোধ করতে পারে এবং কোভিড-১৯ এর জন্য আপনার হাসপাতালে যাওয়ার সম্ভাবনা হ্রাস করতে পারে।

প্যাক্সলোভিড আপনাকে কোভিড-১৯ দ্বারা সংক্রমিত হওয়া থেকে প্রতিরোধ করবে না।
প্যাক্সলোভিড টীকা নেওয়ার একটি বিকল্প নয়। গুরুতর কোভিড-১৯ সংক্রমণের বিরুদ্ধে সর্বোত্তম প্রতিরক্ষা হ'ল টীকাগুলির নিয়ে আপ টু ডেট থাকা।

প্যাক্সলোভিড কে পেতে পারে?

কোভিড-১৯-এ আক্রান্ত হয়ে আপনার যদি গুরুতর অসুস্থতার উচ্চ ঝুঁকিতে থাকে তবে আপনি প্যাক্সলোভিড পেতে পারেন। ওষুধটি ভালভাবে কাজ করার জন্য লক্ষণগুলি শুরু হওয়ার পাঁচ দিনের মধ্যেই আপনাকে প্যাক্সলোভিড অবশ্যই শুরু করতে হবে।

আপনার গুরুতর অসুস্থতার ঝুঁকি আছে কিনা তা আপনার স্বাস্থ্য, বয়স এবং টীকা দেওয়ার স্থিতির উপর নির্ভর করবে।

একজন স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারী আপনাকে বলতে পারেন আপনার অসুস্থতার উচ্চ ঝুঁকি আছে কিনা। আপনি উচ্চ ঝুঁকিতে আছেন কিনা তা দেখতে আপনি অন্টারিওর স্ক্রিনার টুলটিও ব্যবহার করতে পারেন: **https://covid-19.ontario.ca/covid-treatment-screener**

আপনি উচ্চ ঝুঁকিতে থাকতে পারেন যদি আপনার:

- ✓ ৬০ বছর বা তার বেশি বয়স হয়;
- ✓ ১৮ বছর বা তার বেশি বয়স হয় এবং ইমিউনোকম্প্রোমাইজড হন (আপনার ইমিউন সিস্টেম যা কোন রোগের জন্য বা ওষুধদ্বারা দুর্বল হয়ে থাকে);
- ✓ বয়স ১৮ থেকে ৫৯ বছরের মধ্যে এবং কোভিড-১৯ এর বিরুদ্ধে পর্যাপ্ত সুরক্ষা নাও থাকতে পারে (উদাহরণস্বরূপ, আপনি টীকা নেননি, অথবা আপনার ভ্যাকসিনের ডোজ নেওয়ার পরে বা কোভিড-১৯ দ্বারা অসুস্থ হওয়ার ছয় মাসেরও বেশি সময় পেরিয়ে গেছে)
- ✓ বয়স ১৮ থেকে ৫৯ বছরের মধ্যে আর এক বা একাধিক ব্যাধি রয়েছে যা আপনাকে গুরুতর কোভিড-১৯ হওয়ার ঝুঁকির মধ্যে ফেলে দেয়। যেই রোগগুলি আপনাকে গুরুতর কোভিড-১৯ দ্বারা আক্রান্ত হওয়ার উচ্চ ঝুঁকিতে ফেলতে পারে, সেগুলি হ'ল:

- ক্যান্সার
- সেরিব্রোভাসকুলার রোগ (যেমন, স্ট্রোক)
- কিডনি রোগ
- লিভারের রোগ
- ফুসফুসের রোগ
- সিস্টিক ফাইব্রোসিস
- ডায়াবেটিস
- প্রতিবন্ধীকতা
- হার্টের সমস্যা
- এইচআইভি সংক্রমণ
- কিছু মানসিক অসুস্থতা
- স্থূলতা
- গর্ভাবস্থা এবং সাম্প্রতিক গর্ভাবস্থা
- ধূমপান (বর্তমান বা প্রাক্তন)
- যক্ষ্মা

আপনি যদি মনে করেন যে আপনি কোভিড-১৯ দ্বারা গুরুতর অসুস্থ হওয়ার উচ্চ ঝুঁকিতে রয়েছেন তবে বিকল্পগুলি নিয়ে আলোচনা করার জন্য স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে আলোচনা বলুন।

আমার মনে হয় আমার কোভিড-১৯ হয়েছে। আমি কিভাবে প্যাক্সলোভিড পেতে পারি?

আপনি এখানে আপনার লক্ষণগুলি পরোখ করতে পারেন: **covid-19.ontario.ca/exposed#symptoms**

আপনি যদি মনে করেন যে আপনি গুরুতর অসুস্থতার উচ্চ ঝুঁকিতে আছেন এবং কোভিড-১৯ এর লক্ষণ রয়েছে তবে আপনি এগুলি করতে পারেন:

- আপনার ফার্মেসির সাথে যোগাযোগ করুন (অনেক ফার্মাসিস্ট প্যাক্সলোভিডের প্রেস্ক্রিপশান দিতে পারেন)
- আপনার প্রাথমিক চিকিৎসার ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করুন (পারিবারিক ডাক্তার বা অনুশীলনকারী নার্স)

আপনার যদি প্রশ্ন থাকে বা সাহায্যের প্রয়োজন হয় তবে আপনি

Ontario Health

Health811 এর সাথেও যোগাযোগ করতে পারেন। 811 কল করুন বা অনলাইনে একজন নার্সের সাথে আলোচনা করার জন্য ভিজিট করুন **ontario.ca/health811**।

Health811 আপনাকে একটি ভার্চুয়াল যন্ত্রপ্রদানের পরামর্শকারীর সাথে যুক্ত করতে পারে, যদি এটি আপনার পক্ষে সম্ভব হয়।

আপনার লক্ষণগুলি শুরু হওয়ার সাথে সাথেই আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলা গুরুত্বপূর্ণ। প্যাক্সলোভিড ভালভাবে কার্যকরী হওয়ার জন্য লক্ষণগুলি শুরু হওয়ার পাঁচ দিনের মধ্যেই এটি খাওয়া শুরু করা আবশ্যক।

আপনার যদি গুরুতর লক্ষণ দেখা দেয় তবে 911 কল করুন বা জরুরি বিভাগে যান। গুরুতর লক্ষণগুলির মধ্যে রয়েছে:

- শ্বাস নিতে সমস্যা
- বুকে ব্যথা
- চেতনা হারানো
- বিভ্রান্তি বোধ হওয়া

প্যাক্সলোভিড সম্পর্কে আমার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলার সময় আমাকে কী কী তথ্য সরবরাহ করতে হবে?

আপনি যখন কোনও স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলবেন, আপনার সাথে করে আনা উচিত:

- প্রেসক্রিপশন এবং কাউন্টার থেকে অন্যান্য ওষুধ, ভিটামিন এবং ভেষজ পরিপূরক সহ আপনি যে সমস্ত ওষুধ গ্রহণ করছেন তার একটি তালিকা
- আপনার চিকিৎসা অবস্থার একটি তালিকা
- আপনার কাছে যদি এটি উপলব্ধ থাকে তবে সাম্প্রতিক কোনও রক্তের পরীক্ষার একটি অনুলিপি

আপনার যদি কোনও অ্যালার্জি, লিভার বা কিডনির রোগ থাকে বা আপনি যদি গর্ভবতী হন, বুকের দুধ খাওয়ান বা জন্ম নিয়ন্ত্রণের জন্য হরমোন (যেমন জন্ম নিয়ন্ত্রণের বড়ি বা প্যাচ) ব্যবহার করেন, তবে আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীকে তা জানান।

প্যাক্সলোভিড পেতে আমাকে কি কোভিড-১৯ সংক্রমণের টেস্ট করাতে হবে?

প্যাক্সলোভিড পেতে আপনার একটি কোভিড-১৯ সংক্রমণের টেস্টের পজিটিভ ফলাফলের প্রয়োজন হবে। এটি একটি পিসিআর, দ্রুত আণবিক পরীক্ষা বা র‍্যাপিড অ্যান্টিজেন টেস্টও হতে পারে (এমনকি যদি এটি বাড়িতে করা হয়, তাহলেও হবে)।

প্যাক্সলোভিড সম্পর্কে স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলার আগে আপনার পজিটিভ টেস্ট রেজাল্ট পাওয়ার দরকার নেই। আপনার যদি প্রয়োজন হয় তবে তারাই আপনাকে একটি টেস্ট করাতে সহায়তা করবে।

প্যাক্সলোভিড কি বিনামূল্যে পাওয়া যায়?

স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর প্রেসক্রিপশন দ্বারা প্যাক্সলোভিড বিনামূল্যে পাওয়া যায়। প্যাক্সলোভিড পেতে আপনার ওএইচআইপি (OHIP) কার্ডের প্রয়োজন নেই।

প্যাক্সলোভিড আমি কীভাবে গ্রহণ করব?

প্যাক্সলোভিড পাঁচ দিনের জন্য দিনে দু'বার মৌখিকভাবে (মুখ দ্বারা) গিলে খাওয়া হয়।

প্যাক্সলোভিড সকালের ডোজ এবং সন্ধ্যায় ডোজ সহ একটি প্যাকেজে আসে। প্রতিটি ডোজে নিরমাট্রেলভিরের ২টি ট্যাবলেট (গোলাপী ট্যাবলেট) এবং রিটোনাভিরের ১টি ট্যাবলেট (সাদা ট্যাবলেট) অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।

কিডনি রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিদের নির্ধারিত ডোজের থেকে কম ডোজ দেওয়া হতে পারে।

আপনাকে অবশ্যই রোজ একই সময়ে তিনটি সকালের ট্যাবলেট এবং একই সময়ে তিনটি সন্ধ্যাবেলার ট্যাবলেট নিতে হবে, পুরো ৫ দিন ধরে। প্যাক্সলোভিড খাবারের সাথে বা খাবার না খেয়েই নেওয়া যেতে পারে।

আপনি যদি প্যাক্সলোভিডের একটি ডোজ নিতে ভুলে যান, এটি সাধারণত নিয়মিত গ্রহণের সময়ের ৮ ঘন্টার মধ্যেই নিতে পারেন, মনে আসার সঙ্গে সঙ্গেই খেয়ে নেবেন। আপনি কোনও ডোজের সময়ের পরে যদি ৮ ঘন্টার মধ্যে ডোজটি না নেন, তাহলে সেই ডোজটি আর নেবেন না এবং নিয়মিত সময়ে পরবর্তী ডোজটি গ্রহণ করবেন। একই সময়ে প্যাক্সলোভিড (৬টি ট্যাবলেট) -এর ২টি ডোজ গ্রহণ করবেন না।

সর্বদা প্যাক্সলোভিড তেমনভাবে নিন ঠিক যেমনটি আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারী আপনাকে নিতে বলেছে।

প্যাক্সলোভিড চিকিৎসা নেওয়াকালীন আপনি সংক্রামক এবং সংক্রমণ ছড়িয়ে পড়া এড়াতে জনস্বাস্থ্যব্যবস্থার পন্থা অনুসরণ করা উচিত। বর্তমান জনস্বাস্থ্য ব্যবস্থা সম্পর্কে এখানে পড়ুন: **https://www.ontario.ca/page/public-health-measures-and-advice**

প্যাক্সলোভিডের সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি কী কী?

প্যাক্সলোভিড নেওয়াকালীন আপনি নিম্নলিখিত পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি অনুভব করতে পারেন:

- স্বাদ পরিবর্তন
- পাতলা পায়খানা
- উচ্চ রক্তচাপ
- পেশীবহুল ব্যথা
- পেটে ব্যথা
- বমি বমি ভাব
- সাধারণত অসুস্থতা বোধ করা

আপনি অন্যান্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াও লক্ষ্য করতে পারেন। আপনার যদি এমন পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া থাকে যা বিরক্তিকর বা চলে যাচ্ছে না তহলে আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে এই ব্যপারে কথা বলুন।

প্যাক্সলোভিডের অন্যান্য বিরল তবে সম্ভাব্য পার্শ্ব প্রতিক্রিয়াগুলি হ'ল:

- **অ্যালার্জি প্রতিক্রিয়া.** আপনি যদি অ্যালার্জির প্রতিক্রিয়ার নিম্নলিখিত কোনও লক্ষণ লক্ষ্য করেন তাহলে তৎক্ষণাৎ প্যাক্সলোভিড নেওয়া বন্ধ করুন এবং তখনই আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীকে কল করুন: আপনার ত্বকে চুলকানির দাগ (হাইভস), গিলতে বা শ্বাস নিতে সমস্যা, ঠোঁট, মুখ বা জিহ্বা ফুলে যাওয়া, গলা এঁটে আসা বা আওয়াজ কর্কশ হওয়া।
- **লিভারের সমস্যা.** আপনার যদি লিভারের সমস্যার কোন লক্ষণ এবং নিম্নলখিত লক্ষণগুলির কোনও একটা হয়ে থাকে তবে তৎক্ষণাৎ আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীকে বলুন: হলুদ ত্বক বা চোখ (জন্ডিস), অস্বাভাবিক গাঢ় রঙের প্রস্রাব (পেচ্ছাপ), আপনার পেটের ডান দিকে নতুন ব্যথা।
- **এইচআইভি ওষুধের প্রভাবে বাধা.** আপনার যদি অচিকিৎসিত এইচআইভি সংক্রমণ থেকে থাকে তবে প্যাক্সলোভিড নিলে ভবিষ্যতে এইচআইভির কিছু কিছু ওষুধ কাজ নাও করতে পারে।

অন্যান্য ওষুধ খাওয়ার সাথে সাথে আমি কি প্যাক্সলোভিড নিতে পারি?

অনেকগুলি সাধারণত ব্যবহৃত ওষুধপত্রের এবং পরিপূরকগুলির সাথে প্যাক্সলোভিড প্রভাব প্রক্রিয়া করতে পারে। একজন স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী (উদাহরণস্বরূপ, একজন ফার্মাসিস্ট) আপনার অন্যান্য ওষুধগুলি সেবনের পরিবর্তন করতে পারেন যাতে আপনি নিরাপদে প্যাক্সলোভিড নিতে পারেন।

জন্ম নিয়ন্ত্রণের হরমোনের সঠিকভাবে কাজ করার উপর প্যাক্সলোভিড প্রভাব ফেলতে পারে। প্যাক্সলোভিড নেওয়াকালীন গর্ভনিরোধের জন্য আপনার অন্য পদ্ধতি (উদাহরণস্বরূপ, কনডম ব্যবহার বা যৌনসঙ্গমে বিরত থাকা) ব্যবহার করা উচিত।

আমার কোভিড-১৯-এর লক্ষণগুলি আরও খারাপের দিকে গেলে আমার কী করা উচিত?

আপনি যদি ভাল বোধ না করেন বা আপনি যদি ৫ দিন পরে আরও খারাপ বোধ করেন তবে আপনার স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীর সাথে কথা বলুন।

আপনার যদি গুরুতর লক্ষণগুলি দেখা দেয় তবে 911 কল করুন বা এমারজেন্সিতে যান। গুরুতর লক্ষণগুলির মধ্যে রয়েছে:

- শ্বাস নিতে সমস্যা
- বুকে ব্যথা
- চেতনা হারানো
- বিভ্রান্তি বোধ হওয়া

জানুয়ারী ২০২৩ অনুযায়ী এই তথ্যটি সঠিক।
আরও সহজগম্য পদ্ধতিতে এই তথ্যটি পেতে চান কি?
1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca

Publication No. 301214 (Bengali)
ISBN No. 978-1-4868-6845-2 (PDF)
© King's Printer for Ontario, 2023