Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਓਪੀਔਡ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਲਈ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ

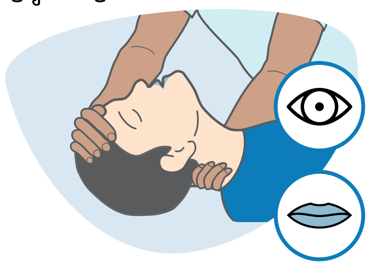
ਨਲੋਕਸੋਨ ਐਂਪੂਲ (naloxone ampoule) ਟੀਕੇ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ

1 ਸੁਰੱਖਿਆ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।

2 ਕੀ ਇਹ ਓਪੀਔਡ ਦੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਹੋਈ ਲੱਗਦੀ ਹੈ? ਇਹਨਾਂ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ

- ਹੁੰਗਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ
- ਪੁਤਲੀਆਂ ਖੜੀਆਂ ਹਨ
- ਸਧਾਰਨ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ - ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਖੋਖਲੇ ਸਾਹ ਜਾਂ ਘੁਰਾੜੇ ਮਾਰ ਰਹੇ ਹਨ
- ਪੀਲੀ ਜਾਂ ਠੰਡੀ ਚਮੜੀ, ਨੀਲੇ ਜਾਂ ਸਲੇਟੀ ਬੁੱਲ੍ਹ ਅਤੇ ਉਂਗਲਾਂ ਦੇ ਪੋਟੇ



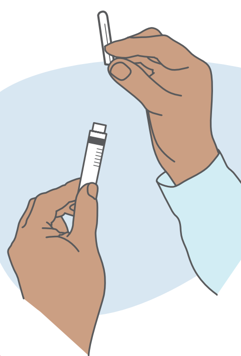
3 ਟ੍ਰਿਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ

ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਹੈ

4 ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਲਿਟਾਓ

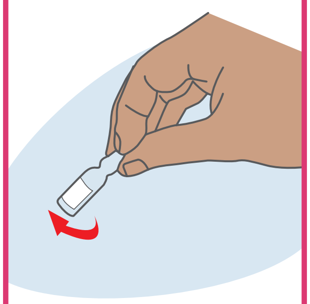
ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰਿਕਵਰੀ ਮੁਦਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਓ।

5 ਸੂਈ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਰਿੰਜ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜੋ



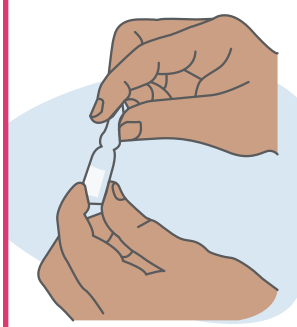
6 ਐਂਪੂਲ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਓ

ਐਂਪੂਲ ਨੂੰ ਟੈਪ ਕਰੋ ਜਾਂ ਘੁੰਮਾਓ ਤਾਂ ਕਿ ਤਰਲ ਥੱਲੇ 'ਤੇ ਹੋਵੇ।



7 ਐਂਪੂਲ ਨੂੰ ਫੜੋ

ਇੱਕ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਐਂਪੂਲ ਦਾ ਥੱਲਾ ਫੜੋ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਚੂੰਡੀ ਭਰੋ।

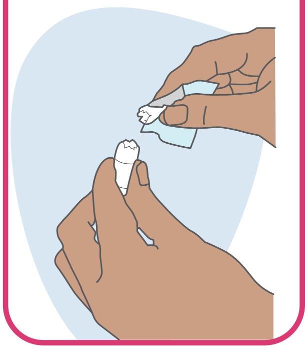


ਅਗਲੇ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ

VICTORIA State Government | Department of Health

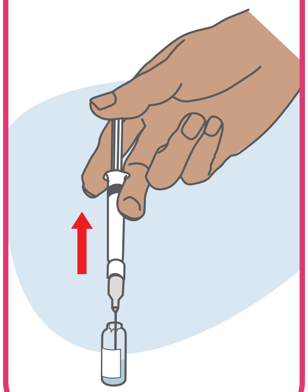
8
ਐਂਪੂਲ ਨੂੰ ਸਨੈਪ ਕਰੋ ਉਸਦੇ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਫੜ੍ਹਕੇ ਤੋੜੋ

ਐਂਪੂਲ ਦੇ ਸਿਖਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਖਿੱਚੋ।
ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਟਿਸ਼ੂ ਜਾਂ ਪੈੱਨ ਦੇ ਢੱਕਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।



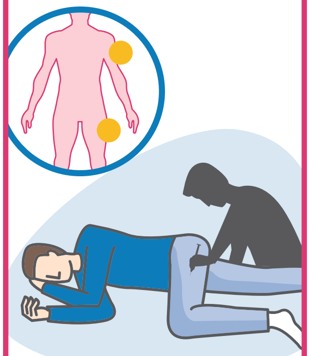
9
UP ਨਲੋਕਸੋਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਰਿੰਜ ਵਿੱਚ ਖਿੱਚੋ

ਐਂਪੂਲ ਵਿੱਚ ਨਲੋਕਸੋਨ ਦੀ ਇੱਕ ਪੂਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।



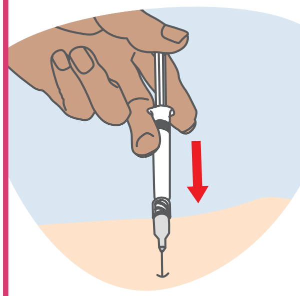
10
ਇਸ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਲੈ ਕੇ ਆਓ

ਪੱਟ ਦੇ ਬਾਹਰਲੇ ਪਾਸੇ ਜਾਂ ਉਪਰਲੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਸੂਈ ਲਗਾਓ।



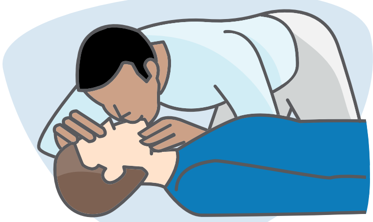
11
ਨਲੋਕਸੋਨ ਦੀ ਇੱਕ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦਿਓ

ਨਲੋਕਸੋਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਾਓ। ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਟੀਕਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।



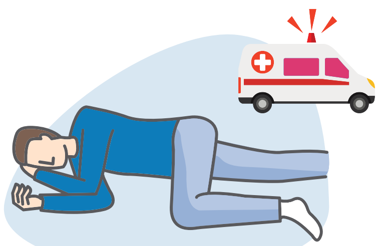
12
ਕੀ ਉਹ ਸਾਹ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ?

ਜੇਕਰ ਉਹ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬਚਾਅ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ- ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਲਿਟਾਓ ਅਤੇ 2 ਸਾਹ ਦਿਓ।



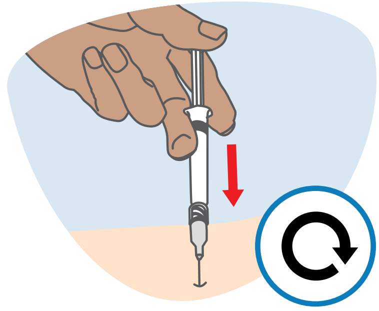
13
ਰਿਕਵਰੀ

ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰਿਕਵਰੀ ਮੁਦਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਓ।
ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਆਉਣ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹੋ।



14
ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਖ਼ੁਰਾਕ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੁੰਗਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ, ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਆਉਣ ਤੱਕ ਹਰ 2 ਤੋਂ 3 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖ਼ੁਰਾਕ ਦਿਓ।



ਓਪੀਔਡ ਦੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੈਰੋਇਨ, ਮੋਰਫਿਨ, ਮੈਥਾਡੋਨ, ਆਕਸੀਕੋਡੋਨ, ਨੁਸਖ਼ੇ ਵਾਲੇ ਓਪੀਔਡਜ਼, ਫੈਂਟਾਨਿਲ) ਨੂੰ ਉਲਟਾਉਣ ਲਈ ਨਲੋਕਸੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਸਨੂੰ ਅਸਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ 2-5 ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸਰ ਲਗਭਗ 30-90 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ <aod.enquiries@health.vic.gov.au>

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਰਕਾਰ, 1 ਟ੍ਰੇਜ਼ਰੀ ਪਲੇਸ, ਮੈਲਬੌਰਨ ਦੁਆਰਾ ਅਧਿਕਾਰਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ।
<https://www.health.vic.gov.au/aod-treatment-services/victorias-take-home-naloxone-program> 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ

© ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਰਾਜ, ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ, ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ, ਨਵੰਬਰ 2023