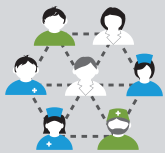
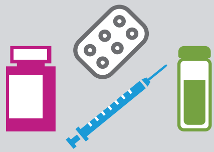
NHS ওষুধগুলি:

আপনার স্থানীয় ফার্মাসিতে যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা

আপনার স্থানীয় ফার্মাসির থেকে সাহায্য



ফার্মাসিস্ট এবং GP-রা একসাথে কাজ করছেন



আপনার ওষুধগুলো থেকে সেরাটা পান

রোগীদের জন্য তথ্য

NHS ওষুধগুলি: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা

স্কটল্যান্ডে, যারা দীর্ঘ-কালীন অবস্থার জন্য ওষুধ নেন তাদের আরও সাহায্য করতে সামাজিক অর্থাৎ কমিউনিটি ফার্মাসিগুলির (যেসব ফার্মাসি NHS প্রেসক্রিপশন এবং পরিষেবা দেওয়ায় চুক্তিবদ্ধ) পরিষেবায় পরিবর্তন হয়ে চলেছে। NHS ওষুধগুলি: স্কটল্যান্ডে GP-র সাথে নিবন্ধিত এবং কেয়ার হোমে বাস করেন না এমন যে কেউ যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা পেতে পারে।

ফার্মাসিস্টরা ওষুধের বিষয়ে বিশেষজ্ঞ এবং আপনার ওষুধ থেকে কিভাবে সেরাটা পাওয়া যায় সে সম্পর্কে আপনার সাথে কথা বলবে। আপনি যে ওষুধ খাচ্ছেন সে বিষয়ে আপনার যদি কোনও দুশ্চিন্তা বা আশঙ্কা থাকে তা নিয়ে আপনি তাদের সাথে কথা বলতে পারেন।

ওষুধগুলি কী: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা?

এই পরিষেবার তিনটি অংশ আছে।

- **আপনার ওষুধের পর্যালোচনা করছি**
  আপনি কিভাবে আপনার ওষুধ খান তা ফার্মাসিস্ট দেখবেন। আপনার কোনও ওষুধ সংক্রান্ত সমস্যা থাকলে তিনি সে বিষয়ে আপনার সাথে কথা বলবেন এবং আপনি যে ওষুধ খাচ্ছেন তাতে যথাসম্ভব উপকৃত হতে কোনো যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা সহায়ক হতে পারে কিনা আপনার সাথে মিলে সে বিষয়ে সিদ্ধান্ত নেবেন। বছরে অন্তত একবার ফার্মাসিস্ট আপনার ওষুধ পুনর্বিচার করবেন।

- **যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা**
  ফার্মাসিস্ট আপনার সাথে একটা যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা তৈরি করবেন। আপনি যাতে ওষুধে যথাসম্ভব উপকৃত হতে পারেন সেইজন্য, বিশেষ করে যদি আপনার কোনও সমস্যা থাকে, সে বিষয়ে আপনাকে সাহায্য করতে যা করণীয় তার পরিকল্পনা করতে এবং রেকর্ড করতে এই পরিকল্পনা ফার্মাসিস্টকে সাহায্য করে। তিনি আপনাকে আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনার একটা কপি দিতে পারেন, এবং আপনি যদি রাজি হন, প্রয়োজন হলে এ বিষয়ে আপনার চিকিৎসক এর সঙ্গে যোগাযোগ করতে পারেন।

- **ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশনে**
  আপনি আপনার চিকিৎসকের কাছ থেকে ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন পেতে সক্ষম হবেন যাতে আপনি দীর্ঘ-কালের জন্য আপনার ওষুধ পেতে পারেন, এখনকার মতো প্রতিমাসে (বা দুই মাস) অর্ডার না দিয়ে প্রেসক্রিপশনটি পুনরাবৃত্তি করতে পারেন।

ওষুধের যে কোনও অংশ ব্যবহার করার জন্য আপনাকে ফার্মাসিতে নিবন্ধন করতে হবে: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা।

নিবন্ধভুক্তি আপনাকে আপনার প্রয়োজনমত পরামর্শ এবং সমর্থন পেতে সাহায্য করবে। সম্প্রদায়ের ফার্মাসিস্টরা আপনার GP- র রেকর্ড দেখতে পান না, সুতরাং এই পরিষেবায় নিবন্ধন করলে এর সাহায্যে তারা আপনার ব্যক্তিগত প্রয়োজন বিশেষ এবং আপনার স্বাস্থ্যের জন্য যা গুরুত্বপূর্ণ সেসব বুঝতে পারবেন।

আমি কিভাবে এই পরিষেবার জন্য নিবন্ধন করব?

আপনাকে এমন একটি ফার্মাসি বেছে নিতে হবে যেখানে আপনি ওষুধগুলি ব্যবহার করতে চান: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা। আপনি সাধারণত আপনার ওষুধের জন্য যে ফার্মাসিতে যান সেখানে নিবন্ধন করা ভাল, কারণ সেখানকার ফার্মাসিস্ট আপনাকে চিনবেন এবং আপনি যেসব ওষুধ খান তা তার জানা থাকবে।

আপনি যে কোনও সময় আপনি নিবন্ধন করতে পারেন – আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিতে হবে না। আপনি যখন নিবন্ধন করবেন, আপনার নাম, ঠিকানা ও জন্ম তারিখ সমেত কয়েকটা তথ্য আপনার ফার্মাসিস্ট আপনার কাছ থেকে জেনে নিতে পারেন। আপনার একটা নিবন্ধন ফর্ম পূরণ করে দিতে হবে। এই নিবন্ধন ফর্ম নিশ্চিত করবে যে:

- আপনি পরিষেবায় নিবন্ধন করতে চান;
- আপনি স্কটল্যান্ডের একটি GP-র সাথে নিবন্ধিত এবং আপনার একটি দীর্ঘমেয়াদী শর্ত রয়েছে;
- আপনি আপনার ওষুধ সম্পর্কে কিছু তথ্য আপনার চিকিৎসক এবং ফার্মাসিস্টের ভাগ করে নেওয়ার বিষয়ে সম্মত; এবং
- আপনি ফর্মে যে তথ্য জানিয়েছেন তা নির্ভুল।

আপনাকে এবং আপনার ফার্মাসিস্টকে এই ফর্মে স্বাক্ষর করতে হবে। এই ফর্মটি পরিষেবার জন্য আপনার নিবন্ধের রেকর্ড।

আপনার ওষুধের পর্যালোচনা করা

আপনি প্রথম যখন পরিষেবার জন্য নিবন্ধন করবেন তখন, এবং তার পরে অন্তত বছরে একবার করে, ফার্মাসিস্ট আপনার সাথে আপনার ওষুধগুলি পর্যালোচনা করবেন। আপনি যখন প্রথমবার নিবন্ধন করবেন, পর্যালোচনায় আপনি কিভাবে আপনার ওষুধ খান এবং আপনার যদি কোনও সমস্যা থাকে সেসব বিষয়ে প্রশ্ন অন্তর্ভুক্ত থাকবে। তার পরে প্রত্যেক বছর পর্যালোচনা নিশ্চিত করবে যে আপনার ওষুধ আপনার জন্য এখনও কাজ করছে।

যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা করা

যদি আপনার ফার্মাসিস্টের মনে হয় আপনি যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনায় উপকৃত হবেন, তিনি আপনাকে জিজ্ঞাসা করবেন আপনার ওষুধ নিয়ে আপনার কোনও সমস্যা হচ্ছে কিনা। সমস্যার বিষয়ে আপনি কি করতে চান তা নিয়ে তিনি আপনার সাথে আলোচনা করবেন। তারপরে আপনার সাথে তিনি আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা তৈরি করবেন। তাতে, আপনার ওষুধের ব্যাপারে আপনাকে সাহায্য করতে আপনার ও ফার্মাসিস্টের যদি কিছু করণীয় থাকে তা স্থির করা হবে। তার পর ফার্মাসিস্ট নিয়মিত আপনার সাথে যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা পুনির্বিচার ও আপডেট করবেন।

আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা নিম্নোক্ত বিষয়ে তথ্য থাকবে।

- আপনার ওষুধ নিয়ে আপনার যদি কোনও সমস্যা থাকে (যেমন, অস্বস্তিকর পার্শ্ব প্রতিক্রিয়া, ট্যাবলেট গিলতে কষ্ট বা কখন সেসব নিতে হবে তা মনে রাখতে অসুবিধা)
- আপনার সমস্যায় আপনাকে সাহায্য করার জন্য ফার্মাসিস্ট যা করতে চান (যেমন, আপনার ওষুধ নেওয়া আরও সহজ করা)
- আপনার ফার্মাসিস্ট ও আপনার মতে সমস্যার সমাধান করার জন্য আপনাদের উভয়ের যা করা উচিত (যেমন, আপনার ট্যাবলেট সহজে গেলা যায় এমন ক্যাপসূল বা তরল পদার্থে বদলে দেওয়ার বিষয়ে আপনার চিকিৎসকের সাথে কথা বলা)
- যখন সমস্যার সমাধান হয়ে যায় বা অন্য কিছু করা দরকার কিনা।

ফার্মাসিস্ট আপনার সাথে আলোচনা করে আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা তৈরি ও পুনর্বিচার করবেন। তিনি যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনার কয়েকটা তথ্য আপনার চিকিৎসককে জানাবেন, অবশ্য আপনি রাজি হলে তবেই এমন করা হবে। আপনার ওষুধে পরিবর্তন সমেত, যদি প্রয়োজন হয়, যেসব পরিবর্তন করা দরকার তা আপনার চিকিৎসক ও আপনি স্থির করবেন।

NHS এর সাথে বা তাদের পক্ষ থেকে কর্মরত সব কর্মীদের আইনী দায়িত্ব হল আপনার বিষয়ে তথ্য গোপন রাখা। ফার্মাসিতে আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা সুরক্ষিত ভাবে রাখা হয় এবং শুধু একজন ফার্মাসিস্ট আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা দেখতে পারেন। আপনি আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনার একটা প্রিন্ট করা কপি চেয়ে নিতে পারেন।

আমার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা তৈরি হলে কি হবে?

ফার্মাসিস্ট নিয়মিত আপনার সাথে আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা পুনর্বিচার করবেন। সাধারণত আপনি যখন প্রেসক্রিপশনের পুনরাবৃত্তি সংগ্রহ করতে যাবেন সাধারণত তখন এটা করা হবে। কখনও কখনও, ফার্মাসিস্ট আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনার বিষয়ে আপনার সাথে কথা বলতে চাইবেন। তিনি সবসময় আপনার সাথে একান্তে কথা বলবেন।

আপনি যে আপনার ওষুধে যথাসম্ভব উপকৃত হচ্ছেন তা নিশ্চিত করতে ফার্মাসিস্ট নিয়মিত আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা দেখবেন, এবং যদি আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যায় পরিবর্তনের প্রয়োজন হয় তাহলে আপনার যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা আপডেট করে দেবেন।

প্রত্যেকে যারা NHS এর ওষুধের জন্য নথিভুক্ত করেন: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবাটি যত্ন নেওয়ার পরিকল্পনা করার অধিকারী। আপনি যদি আপনার ওষুধ এবং অবস্থা সুনিয়ন্ত্রিত রাখতে পারেন, তাহলে আপনার বিস্তারিত পরিকল্পনার প্রয়োজন নাও হতে পারে।

ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন

ফার্মাসিগুলি GP প্র্যাকটিস এর সঙ্গে কাজ করছেন যাতে লোকদের তাদের দরকারের সময় ওষুধ পেতে সাহায্য করতে পারেন। আপনাকে যদি নিয়মিত একই ওষুধের পুনরাবৃত্তি করার পরামর্শ দেওয়া হয়, তাহলে যদি আপনার চিকিৎসক আপনার পক্ষে উপযুক্ত মনে করেন, তাহলে আপনি 'ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন' পেতে পারেন।

ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন মানে আপনার চিকিৎসকের কাছ থেকে আগাম প্রেসক্রিপশনের অনুরোধ না করেই আপনি সরাসরি ফার্মাসি থেকে একই ওষুধ আবার পেতে পারেন।

আমার জন্যে এর মানে কি?

আপনার চিকিৎসক বা ফার্মাসিস্ট আপনাকে পরামর্শ দিতে পারেন যে আপনি ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন পাওয়ার যোগ্য। আপনার চিকিৎসক আপনাকে ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন দিতে পারেন যা 6 থেকে 12 মাস পর্যন্ত বৈধ থাকবে। তার মানে ঐ সময়টায় আপনার GP প্র্যাক্টিসের কাছ থেকে আপনার ওষুধের জন্য অনুরোধ করতে হবে না। তার বদলে আপনার সম্প্রদায়ের ফার্মাসিস্ট ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন রেখে দেবেন এবং, আপনার চিকিৎসকের বিবেচনামত, সাধারণত প্রতি মাসে বা প্রতি দ্বিতীয় মাসে, আপনাকে আপনার ওষুধ সরবরাহ করবেন।

আপনার চিকিৎসক সিদ্ধান্ত নিতে পারেন যে আপনার সবকটা ওষুধ ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশনে দেওয়া সম্ভব না। তেমন হলে, যখন প্রয়োজন হবে তখন এই জিনিসগুলি আপনাকে আপনার GP প্র্যাক্টিসের কাছ থেকে অর্ডার করতে হবে।

আমার ওষুধ যদি বদলে যায় তাহলে কি হবে?

আপনার চিকিৎসক ফার্মাসিকে জানিয়ে দেবেন যে আপনার ওষুধ বদলে গিয়েছে। এইসব পরিবর্তন এবং আপনার যা করা দরকার সেসব আপনি যে বুঝতে পেরেছেন তা জানার জন্য ফার্মাসিস্ট আপনার সাথে কথা বলবেন।

আমাকে বাড়তি ওষুধ নেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হলে আমার কি করা উচিত?

আপনাকে অতিরিক্ত ওষুধ প্রেসক্রাইব করা হলে (যেমন, যদি আপনার ডোজ বদলে যায়, বা আপনাকে যদি হাসপাতালে ভর্তি হতে হয়), অনুগ্রহ করে আপনার সম্প্রদায়ের ফার্মাসিস্টকে জানিয়ে দেবেন এবং:

- আপনার বর্তমান ওষুধের একটা তালিকা ওদেরকে দিয়ে দেবেন;
- প্রতিদিন আপনি কতগুলি খান ওদেরকে জানিয়ে দেবেন; এবং
- বাড়িতে আপনার কাছে প্রত্যেকটা জিনিসের কতগুলি আছে তা ওদেরকে জানিয়ে দেবেন।

আপনাকে হাসপাতালে ভর্তি হতে হলে আপনার ওষুধে যদি কোনও পরিবর্তন হয় তা আপনার GP জানেন কিনা তা নিশ্চিত করাও বিশেষ জরুরী।

আমি যদি ছুটিতে অন্য কোথাও যাই এবং সেই সময়টার জন্য আমার কাছে যথেষ্ট ওষুধ না থাকে তাহলে কি হবে?

আপনি যদি ছুটিতে যান তাহলে আপনার পরের প্রেসক্রিপশন যথাসময়ের আগে বা স্বাভাবিকের তুলনায় বেশি পরিমাণে নিয়ে নিতে পারেন। আপনার যদি এটাই করতে হয়, আপনার ফার্মাসিস্টকে জানিয়ে রাখা উচিত যাতে আপনার যা দরকার তা তিনি তৈরি করে রাখতে পারেন। একবারে আপনি তিন-মাসের বেশি ওষুধ পাবেন না।

আপনি যত বার আপনার ওষুধ সংগ্রহ করে নেবেন আপনার ফার্মাসিস্ট আপনার চিকিৎসককে জানিয়ে দেবেন। এর ফলে আপনার সব রেকর্ড নির্ভুল ও আপ টু ডেট থাকবে। এই পরিষেবায় নিবন্ধন করে, আপনি ফার্মাসিস্টকে আপনার চিকিৎসকের সাথে এই তথ্য ভাগ করে নেওয়ার অনুমতি দিচ্ছেন।

আমার ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন যখন ফুরিয়ে যাওয়ার সময় হবে তখন কি হবে?

ফার্মাসিস্ট আপনাকে বর্তমান ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন ফর্মের উল্টো পিঠে স্বাক্ষর করে দিতে বলবেন। তারপরে তারা আপনার চিকিৎসকের সঙ্গে যোগাযোগ করে একটা নতুন ধারাবাহিক প্রেসক্রিপশন চেয়ে নেবেন। আপনার চিকিৎসকের পরবর্তী সিরিয়াল প্রেসক্রিপশন দেওয়ার আগে আপনার চেক-আপের জন্য অ্যাপয়েন্টমেন্টের প্রয়োজন হতে পারে।

আমি কি অন্যান্য ফার্মাসি ব্যবহার করতে পারি?

আপনার যদি সিরিয়াল প্রেসক্রিপশন থাকে তবে আপনার ওষুধের জন্য নিবন্ধিত ফার্মাসি থেকে আপনার ওষুধ সংগ্রহ করতে হবে: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা। তবে, ওষুধ কেনার জন্য বা পরামর্শ নেওয়ার জন্য, অন্য প্রেসক্রপিশনের জন্য আপনি অন্যান্য ফার্মাসিতে যেতে পারেন।

আরও তথ্যের জন্যে আমি কাকে যোগাযোগ করব?

আপনার যদি কোনও প্রশ্ন থাকে, অনুগ্রহ করে ফার্মাসিস্টের সাথে কথা বলুন।

এই লিফলেট এবং ওষুধ সম্পর্কে তথ্য: যত্ন ও পুনর্বিবেচনা পরিষেবা NHS ইনফর্ম এর ওয়েবসাইটে পাওয়া যায়: www.nhsinform.scot

NHS ফোর্থ ভ্যালি ফার্মাসি সার্ভিসেসের কাছ থেকে কৃতজ্ঞতা সহকারে সংগ্রহ করা হয়েছে।

Crystal Mark 23281
Clarity approved by Plain English Campaign

Scottish Government
Riaghaltas na h-Alba
gov.scot

© Crown copyright 2020

OGL

অন্য উল্লেখ না থাকলে এই প্রকাশনা ওপেন গভর্নমেন্ট লাইসেন্স v3.0-এর শর্তাধীন লাইসেন্স প্রাপ্ত। এই লাইসেন্স দেখার জন্য, **nationalarchives.gov.uk/doc/open-government-licence/version/3** দেখুন বা এখানে চিঠি লিখুন ইনফর্মেশন পলিসি টীম, The National Archives, Kew, London TW9 4DU, বা ইমেল পাঠান: **psi@nationalarchives.gsi.gov.uk.**

যেখানে আমরা কোনো তৃতীয় পক্ষের কপিরাইট তথ্যের উল্লেখ করেছি সেখানকার কপিরাইট ধারকদের কাছ থেকে আপনার অনুমতি নিতে হবে।

এখানে এই প্রকাশনা পাওয়া যাবে **www.gov.scot**

এই প্রকাশনার বিষয়ে প্রশ্ন থাকলে আমাদের কাছে এইখানে পাঠাতে হবে
The Scottish Government
St Andrew's House
Edinburgh
EH1 3DG

ISBN: 978-1-83960-442-3

দ্য স্কটিশ গভর্নমেন্ট দ্বারা প্রকাশিত, এপ্রিল 2020

APS Group Scotland, 21 Tennant Street, Edinburgh EH6 5NA দ্বারা দ্য স্কটিশ গভর্নমেন্ট এর জন্য উপস্থাপিত
PPDAS675374 (04/20)