Washington State Department of Health

ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ

ਨਿਰਧਾਰਨ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਓਪੀਓਇਡ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨਾ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਓਪੀਓਇਡ ਸੰਕਟ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵੱਜੋਂ, ਵਿਧਾਨਸਭਾ ਨੇ ਨਵੀਆਂ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਪੰਜ ਨਿਰਧਾਰਤ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ।

ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, Department of Health (ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ), ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪੰਨੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ, ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ।

DOH 631-084 May 2019

ਪਿੱਠਭੂਮੀ

ਓਪੀਓਇਡ ਕ੍ਰਾਇਸਿਸ

ਸਾਡੇ ਰਾਜ ਦੇ ਸੈਂਕੜੇ ਲੋਕ ਹਰ ਸਾਲਸਾਡੇ ਰਾਜ ਦੇ ਸੈਂਕੜੇ ਲੋਕ ਹਰ ਸਾਲ, ਦੋਨਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਅਤੇ ਹੈਰੋਇਨ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਓਪੀਓਇਡ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਨਾਲ ਮਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਹੈ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਜੋ ਜਿਆਦਾ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਓਵਰੋਡੋਜ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਕਤੂਬਰ 2016 ਵਿੱਚ, ਸਰਕਾਰੀ ਜੇ ਇਨਸਲੀ ਨੇ ਇੱਕ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਆਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਓਪੀਓਇਡ ਵਰਤੋਂ ਵਿਕਾਰ ਨੂੰ "ਇੱਕ ਤਬਾਹਕੁਨ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਲਈ ਖਤਰੇ ਦੀ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤ" ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਅਪੋਇਡ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਆਰਡਰ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਵਿਧਾਨਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ

2017 ਵਿੱਚ, ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਨੇ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨ ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਜੋ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਨਿਰਧਾਰਨਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਪੰਜ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

- Medical Commission (ਮੈਡੀਕਲ ਕਮਿਸ਼ਨ)
- Board of Osteopathic Medicine and Surgery (ਬੋਰਡ ਆਫ਼ ਓਸਟਿਓਪੈਥਿਕ ਮੈਡੀਸਨ ਐਂਡ ਸਰਜਰੀ)
- Nursing Commission (ਨਰਸਿੰਗ ਕਮਿਸ਼ਨ)
- Dental Quality Assurance Commission (ਡੈਂਟਲ ਕੁਆਲਟੀ ਅਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਮੀਸ਼ਨ)
- Podiatric Medical Board (ਪੋਡੀਆਟ੍ਰਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਬੋਰਡ)

ਨਿਯਮ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

- ਪੰਜ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਹਰ ਇੱਕ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਬਣਾਈ। Pharmacy Quality Assurance Commission (ਫਾਰਮੇਸੀ ਕੁਆਲਟੀ ਅਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਮੀਸ਼ਨ) ਤੋਂ ਤਕਨੀਕੀ ਮਾਹਿਰ ਅਤੇ ਕਈ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੀ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ।
- ਸਤੰਬਰ 2017 ਤੋਂ ਮਾਰਚ 2018 ਤੱਕ, ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਨੇ ਨਿੱਜੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ, ਦਰਦ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ, ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਨਾ ਸੰਗਠਨਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੁੱਖੀਆਂ, ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਤੋਂ ਇਨਪੁਟ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਕੀਤੀਆਂ।
- ਮਾਰਚ ਮਾਰਚ 2018 ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਆਖ਼ਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੁਆਰਾ, ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਨੇ ਹਰੇਕ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਾਸ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਕਸਟਮਾਈਜ਼ ਅਤੇ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਬੋਇਲਰ ਪਲੇਟ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਸੈੱਟ ਬਣਾਇਆ।
- ਪੰਜ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕਮੀਸ਼ਨ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸੋਧਣ ਲਈ, ਅਤੇ ਡਰਾਫਟ ਨਿਯਮ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 2018 ਦੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਨਿਯਮ ਦੇ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਪੈਕੇਜ ਦਾਇਰ ਕੀਤੇ।
- ਸਾਰੇ ਪੰਜ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮੀਸ਼ਨਾਂ ਨੇ ਅਗਸਤ ਅਤੇ ਸਤੰਬਰ 2018 ਦੌਰਾਨ ਜਨਤਕ ਸੁਣਵਾਈਆਂ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਨਿਯਮ ਭਾਸ਼ਾ ਅਪਣਾਈ।

ਫਾਲ 2017 - ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਪਰਿੰਗ 2018

- ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ
- ਹਰੇਕ ਪੇਸ਼ੇ ਲਈ ਇਕਸਾਰ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਟੀਚੇ ਨਾਲ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਡਰਾਫਟ ਸੈੱਟ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ।
  ਸਪਰਿੰਗ 2018
- ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨ
- ਆਪਣੇ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਡਰਾਫਟ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਚਾਰਕ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸੋਧਣਾ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰਨਾ।
  ਸਪਰਿੰਗ ਗਰਮੀਆਂ 2018

- ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨ
- ਲਿਖਤੀ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ, ਇੱਕ ਜਨਤਕ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਸੋਧੋ।

ਅਰਲੀ ਫਾਲ 2018

- Department of Health (ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ)
- ਵਿਭਾਗ ਸਾਰੇ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਫਾਲ 2018

- Department of Health
- ਕੋਡ ਰਿਵੀਜ਼ਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਬੋਰਡਾਂ ਅਤੇ ਕਮੀਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਅੰਤਿਮ ਨਿਯਮ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾਇਰ ਕਰਨਾ।

ਓਪੀਓਇਡ ਪ੍ਰੀਸਕ੍ਰਾਇਬਿੰਗ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਸਮੱਗਰੀਆਂ

OPTF ਨੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੁੱਖੀਆਂ, ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਤੋਂ ਰਾਇ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ। ਡਰਾਫਟ ਵਿਚਾਰਕ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੀਆਂ ਮਿਤੀਆਂ, ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਮਰੀਜ਼

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਲਈ ਨਵੇਂ ਨਿਰਧਾਰਨ ਨਿਯਮ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਹਰ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰੀ ਦਰਦ ਦਾ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ। ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋਖਮ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਦੀ ਨਵੀਂ ਨਿਰਧਾਰਨ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਲਈ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਲੈਂਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਨਵੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਓਪੀਓਇਡ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਦਰਦ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਵੀ ਇਰਾਦਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਨਿਯਮ ਉਚਿਤ ਦਰਦ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਮਰੀਜ਼ ਹੈਂਡਆਉਟਜ਼

Washington State Department of Health (ਵਾਈਸਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਹੈਲਥ) ਕੋਲ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੁਆਰਾ ਨਵੇਂ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਸਰੋਤ ਹਨ।

- ਸਥਾਈ ਦਰਦ ਮਰੀਜ਼ ਹੈਂਡਆਉਟ
- ਸਰਜੀਕਲ ਦਰਦ ਮਰੀਜ਼ ਹੈਂਡਆਉਟ
- ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਮਰੀਜ਼ ਹੈਂਡਆਉਟ
- ਉਪ-ਤੀਬਰ ਮਰੀਜ਼ ਹੈਂਡਆਉਟ

ਮਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ:

ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਕੀ ਹਨ?

ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਮੱਧਮ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕੋਡੀਨ, ਫੇਂਟਾਨਿਲ, ਆਕਸੀਕੋਡੋਨ, ਮੈਥਾਡੋਨ, ਹਾਈਡ੍ਰੋਕੋਡੋਨ ਅਤੇ ਮੋਰਫਿਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਓਪੀਓਇਡ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

Washington State Department of Health (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ):

- ਓਪੀਓਇਡ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਾਈਬਿੰਗ
- ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਲਵੋ
- Washington Poison Center
- Washington State Drug Takeback Program (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਡਰੱਗ ਟੇਕਬੈਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

ਸੰਘੀ ਸਰਕਾਰ:

- Prevention and Control Disease for Centers - ਜ਼ਹਿਰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਨੁਕਤੇ
- Drug Enforcement Administration

ਸਥਾਈ ਦਰਦ ਕਿਸ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਸਥਾਈ ਦਰਦ 12 ਜਾਂ ਵੱਧ ਹਫ਼ਤੇ ਤੱਕ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਸਥਾਈ ਦਰਦ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ (PDF) ਹੈ।

ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਕਿਸ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਛੇ ਹਫਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ (PDF) ਹੈ।

ਉਪ-ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਕਿਸ ਨੂੰ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਉਪ-ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਛੇ ਤੋਂ 12 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਉਪ-ਤੀਬਰ ਦਰਦ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ (PDF) ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਮੇਰਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਣ ਹੋਰ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ?

ਨਹੀਂ, ਨਵੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਸਿਰਫ ਇਹ ਦਸੱਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਨਿਰਧਾਰਨ ਸਮੇਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਕਿਸ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਸ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ (ਵਾਂ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਕੀ ਨਿਯਮ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮੈਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਸੈੱਟ ਦਰਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਕਿਸਮਾਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਕਲੀਨਿਕਲ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਨਵੇਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਿਯਮਾਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਟੇਪਰਿੰਗ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕੀਤੀ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਨਿਯਮ ਉਹਨਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਟੇਪਰਿੰਗ ਵਿਚਾਰੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟੇਪਰਿੰਗ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਇੱਕ ਉੱਚ-ਖੁਰਾਕ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ ਦਾ ਮਰੀਜ਼ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਾਲ ਇਕ ਸੰਬੰਧ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਦੀ ਮੇਰੀ ਵਰਤਮਾਨ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਟੇਪਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ?

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਦੀ ਇੱਕ ਸਥਿਰ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਵਧੀਕ ਖੁਰਾਕ 'ਤੇ ਹੋ, ਇਲਾਜ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਲਈ ਲਿਖਤੀ ਸਮਝੌਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾਲਣਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਸਥਿਰਤਾ, ਦਰਦ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਦਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀਕਰਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸੁਧਾਰਾਂ ਦਾ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀਕਰਨ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਕੋਲ ਢੁਕਵੇਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਈ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਟੇਪਰਿੰਗ ਲੋੜਾਂ ਤੋਂ 90 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਛੋਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਕੇਸ-ਦਰ-ਕੇਸ ਮਰੀਜ਼ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਢੁਕਵੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਸੀਂ ਈਮੇਲ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ Department of Health ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਥੇ Department of Health ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਅਤੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਹਨ।

ਜੋਖਮ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਇੱਕ ਉਪਕਰਣ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਕੁਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਲਈ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ, ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਪਏਗਾ?

ਨਹੀਂ. ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੁਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕਿਸੇ ਦਰਦ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਮੈਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਦਰਦ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ?

ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਉਚਿਤ ਸੂਚਨਾ ਕਿ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਬਰਖਾਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ, ਇੱਕ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਇੱਕ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਇੱਕ ਸਥਾਈ ਦਰਦ ਦਾ ਮਰੀਜ਼ ਹਾਂ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਨਿਰਧਾਰਨ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲਈ ਕੀ ਲੋੜਾਂ ਹਨ?

ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਤੇ ਕੁਝ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦਰਦ ਦੇ ਮਾਹਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰੇ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਦੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਦਰਦ ਸਥਿਰ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸਮਾਨ ਖੁਰਾਕ ਤੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਰਿਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਦਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਇੱਕ ਸਥਾਈ ਦਰਦ ਦਾ ਮਰੀਜ਼ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਦਰਦ ਦੇ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ?

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਮੈਡੀਕਲ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯੋਜਨਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦਰਦ ਦੇ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ
ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕਿਸੇ ਦਰਦ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਨਿਯਮ ਕੁਝ ਖਾਸ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰੇ ਤੋਂ ਛੋਟ ਲਈ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਬਦਲਣੀ ਪਵੇਗੀ?

ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਤੁਹਾਡੇ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਰੋਕਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਫੈਸਲਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀਆਂ ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਤ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਭੰਡਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਹਾਂ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਵੇਂ ਰੱਖਣਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨਾਂ ਦੇ ਭੰਡਾਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੇਠਾਂ ਵੇਖੋ

ਮੈਂ ਮੇਰੀਆਂ ਨਾ ਵਰਤੀਆਂ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਅਣਚਾਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਡਰਾਪ-ਆਫ ਸਥਾਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਣਵਰਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਦੇ ਫਜ਼ੂਲ ਕਚਰੇ ਜਾਂ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਬੋਤਲ ਵਿੱਚ ਪਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਚਾਈਲਡਪ੍ਰੂਫ ਅਤੇ ਵਾਟਰਟਾਈਟ ਬੋਤਲ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਦੂਰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ। ਇਸਨੂੰ ਟੌਇਲਟ ਵਿੱਚ ਫਲੱਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ।

ਤੁਸੀਂ ਵਿਕਾਸ ਅਧੀਨ ਰਾਜ ਦੇ ਨਵੇਂ ਡਰੱਗ ਟੇਕਬੈਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ www.doh.wa.gov/drugtakeback ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਣਵਰਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਸਰੋਤ ਵੀ ਹੋਣਗੇ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਤੇ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ। ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਓਵਰ-ਦੀ-ਕਾਊਂਟਰ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣਾ ਬਹੁਤ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਓਪੀਓਇਡਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਲੈਣ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਟਾਮਿਨ ਦੇ ਪੂਰਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੋਖਮ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈਨੈਲੋਕਸੋਨ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਇੱਕ ਨਾਰਕੋਟਿਕ ਬਲੌਕਰ ਹੈ ਜੋ ਨਾਰਕੋਟਿਕ ਦਵਾਈ ਦੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਓਪੀਓਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਓਪੀਓਇਡ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਚਾਓ ਦਵਾਈ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੈਲੋਕਸੋਨ ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਾਂ?

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਾਡਾ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਵੈਬਪੇਜ ਦੇਖੋ।

ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਦਰਦ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਰੈਫਰਲ ਲਈ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ**ਨਹੀਂ** ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਜਾਂ 1-855-923-4633 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੀਮੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੇਖਭਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ Office of the Insurance Commissioner (ਬੀਮਾ ਕਮੀਸ਼ਨ ਦਫਤਰ) ਨਾਲ 1-800-562-6900 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

Medicare / ਬੀਮਾ	ਐਪਲ ਹੈਲਥ **(Apple Health)**	**Apple Health** ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਬੀਮੇ ਦੁਆਰਾ **Managed Care Plan** (ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ)*****
ਬੀਮਾ: ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਕਾਰਡ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੀਮੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ 1-800-562-6900 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। **Medicare:** ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਕਾਰਡ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ 1-800-562-6900 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।	ਇੱਕ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲੱਭੋ 1-800-562-3022 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। Apple Health (Medicaid) ਕਵਰੇਜ Washington Apple Health	Apple Health ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਬੀਮੇ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾਐਪਲ ਹੈਲਥ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਬੀਮੇ ਰਾਹੀਂ Managed Care Plan*****। ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੀਮਾ ਕਾਰਡ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। *****Amerigroup, Community Health Plan of Washington), Coordinated Care of Washington, Molina, United Healthcare Community Plan.

ਆਪਣੀ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ

- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੈਡੀਕੇਡ ਬੀਮਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ।

ਸੰਕਟ ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਰਦ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ ਜਾਂ ਦੁਖੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ **National Suicide Prevention Lifeline (ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੁਸਾਈਡ ਪ੍ਰੀਵੈਂਸ਼ਨ ਲਾਈਫਲਾਈਨ) ਨੂੰ 1-800-273-8255 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।**
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਕ੍ਰਾਇਸਿਸ (ਸੰਕਟਕਾਲ) ਕਲੀਨਿਕ ਲਾਈਨ ਨੂੰ 1-866-789-1511 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕ੍ਰਾਇਸਿਸ ਕਲੀਨਿਕ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਕ੍ਰਾਇਸਿਸ ਕਲੀਨਿਕ ਲੱਭੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਦਾਰਥੀ ਉਪਚਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ, 1-866-789-1511 ਤੇ Washington Recovery Helpline (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰੀਕਵਰੀ ਹੈਲਪਲਾਈਨ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਛੱਡਣ ਸਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ:

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਚਾਨਕ ਆਪਣੇ ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿਦੜ੍ਰਾਅਲ ਲੱਛਣ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਿਦੜ੍ਰਾਅਲ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਚਿੰਤਾ, ਬੇਚੈਨੀ, ਮਤਲੀ, ਦਸਤ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੇ ਦਰਦ, ਜਾਂ ਅਨੀਂਦਰਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਬੇਂਜੋਡੀਆਜ਼ੇਪੀਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਕਸਾਨੈਕਸ, ਵੈਲੀਅਮ, ਜਾਂ ਐਟੀਵਨ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ, ਇੱਥੋ ਤੱਕ ਕਿ ਜਾਨ-ਲੇਵਾ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਦਰਦ ਜਾਂ ਵਿਦਡ੍ਰਾਅਲ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਜਾਂ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਲੀਨਿਕ ਤੇ ਜਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਹੋਰ ਵਾਧੂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

Washington State Department of Health (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ) ਰਿਸੋਰਸਜ਼

- Washington State Department of Health (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਟੇਟ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ) ਓਪੀਓਇਡ ਨਿਰਧਾਰਨ ਪੰਨਾ
- ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਲਵੋ

ਹੋਰ ਰਾਜ ਅਤੇ ਸੰਘੀ ਸਰੋਤ

- Washington Poison Center
- Prevention and Control Disease for Centers- ਜ਼ਹਿਰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਨੁਕਤੇ
  Drug Enforcement Administration

ਸਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਸਾਨੂੰ ਈਮੇਲ ਕਰੋ: OpioidPrescribing@doh.wa.gov

Washington Medical Commission (ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਮੈਡੀਕਲ ਕਮੀਸ਼ਨ)
Medical.commission@doh.wa.gov
360-236-2750
ਵੈਬਸਾਈਟ

Nursing Care Quality Assurance Commission (ਨਰਸਿੰਗ ਕੇਅਰ ਕੁਆਲਟੀ ਅਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਮੀਸ਼ਨ)
Nursing@doh.wa.gov
360-236-4703
ਵੈਬਸਾਈਟ

Board of Osteopathic Medicine and Surgery (ਨਰਸਿੰਗ ਕੇਅਰ ਕੁਆਲਟੀ ਅਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਮੀਸ਼ਨ)
Osteopathic@doh.wa.gov
360-236-4766
ਵੈਬਸਾਈਟ

Dental Quality Assurance Commission (ਡੈਂਟਲ ਕੁਆਲਟੀ ਅਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਮੀਸ਼ਨ)
Dental@doh.wa.gov
360-236-4893
ਵੈਬਸਾਈਟ

Podiatric Medical Board (ਪੋਡੀਆਟ੍ਰਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਬੋਰਡ)
Podiatric@doh.wa.gov
360-236-4941
ਵੈਬਸਾਈਟ

Prescription Monitoring Program (PMP, ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (PMP))

Prescriptionmonitoring@doh.wa.gov
360-236-4806
ਵੈਬਸਾਈਟ

Pharmacy Quality Assurance Commission (ਫਾਰਮੇਸੀ ਕੁਆਲਟੀ ਅਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਮੀਸ਼ਨ)

Wspqac@doh.wa.gov
360-236-4946
ਵੈਬਸਾਈਟ

ਕਸਟਮਰ ਸਰਵਿਸ ਕਾਲ ਸੈਂਟਰ

hsqa.csc@doh.wa.gov
ਫੋਨਫ਼ੋਨ: 360-236-4700
ਵੈਬਸਾਈਟ
P.O. Box 47865
Olympia, WA 98504-7865

ਓਪੀਓਇਡ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਾਈਬਿੰਗ ਬਾਰੇ ਈਮੇਲ ਦੁਆਰਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੰਨੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਹਰੇ "Subscribe"(ਸਬਸਕ੍ਰਾਈਬ) ਬਟਨ ਨੂੰ ਚੁਣੋ।