

## آپ کا Bibecfo® انہیلر

یہ معلومات ان مرضیوں کے لیے بین جن کو  
**(بیکلومیٹاسون/فورمومیٹروں)**  
**کا پریشرائزڈ میٹرڈ ڈوز انہیلر**  
 (Pressurised Metered-Dose Inhaler)  
 تجویز کیا گیا ہے

### مریض کی گائیڈ برائے **Bibecfo® 100/6mcg**



مریض کی معاونت کی  
 ویب سائٹ تک رسانی یا یہ کے  
 لیے براہ کرم کوڈ اسکن کریں  
 یا ذیل میں موجود لک فالو کریں۔

<https://bibecfo.net/patients/what-is-bibecfo-pmdi>

آپ کے ڈاکٹر نے آپ کے دم یا پھیپھیوں کے دامنی رکاوٹی مرض (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD) میں مدد دینے کے لیے Bibecfo® تجویز کیا ہے۔ Bibecfo® ایک اپریوسول انہیلر ہے جو کہ آپ کے پھیپھیوں کو بیکلومیٹاسون ڈائپریوبینیٹ اور فورمومیٹروں فیوماریٹ دی پائیڈریٹ نامی دو دواؤں کی خوارک دینے کے لیے تیار کیا گیا ہے۔ بیکلومیٹاسون ایک کارٹیکوسٹیٹرائیڈ ہے۔ فورمومیٹروں ایک تادیر تائیپ برقرار رکھنے والا برونوکڈائیلیٹ ہے۔

پہ دوائیں پھیپھیوں میں کام کر کے سانس لینے میں دقت، خرخڑا اور کھاوسی جیسی علامات کو کم کر کے سانس لینے کے عمل کو آسان بناتی ہیں۔ چاہے اگر آپ نے ایسے ہی انہیلر پہلے استعمال کیے ہوں، یہ ضروری ہے کہ آپ Bibecfo® کا استعمال اپنے ڈاکٹر کی بدایت کے مطابق کریں۔

#### آپ کا Bibecfo® انہیلر...

... 120 خوارکوں پر مشتمل ہے

... پچھلی جانب خوارک کا کاؤنٹر لگا ہوا ہے

... تین مختلف طریقوں سے تجویز کیا جا سکتا ہے

#### 1. دم کی دیکھ بھاول اور تھیرابی

الگ ریلیور انہیلر کی مدد سے دن میں دو بار ایک یا دو پفس

#### 2. دم کی دیکھ بھاول اور ریلیور تھیرابی

آپ کے واحد انہیلر کے طور پر، ایک بیف صبح، ایک بیف شام میں اور اچانک نمودار بونے والی علامات کا علاج کرنے کے لیے حسب ضرورت فی دن زیادہ سے زیادہ 6 ریلیور پفس

#### 3. COPD

دو پفس صبح اور دو پفس شام کے وقت

#### براہ کرم یاد رکھیں

- یہیشم اپنی دوائیں باقاعدگی سے، بدایت کے مطابق لین۔
- چاہے آپ میں کوئی علامات ظاہر نہ ہوئی ہوں
- یہیشم بھلی مرتب Bibecfo® استعمال کرنے سے پہلے اور تبدیلیاں بونے کی صورت میں دوبارہ نسخے کے لیے باقاعدگی سے مرض کا معلوماتی کتابچہ پڑھیں
- جب آپ کی دوا کی آخری 20 خوارکیں رہ جائیں تو دوبارہ نسخے کی درخواست کر دیں

## کثرت سے پوچھے گئے سوالات

### سوال: Bibecfo® کیا ہے؟

**جواب:** Bibecfo® Bibecfo® پریشرائزڈ میٹرڈ ڈوز انہیلر (pMDI) میں بیکلومیٹاسون ڈائپریوبینیٹ / فورمومیٹروں فیوماریٹ ڈی پائیڈریٹ کا مرکب ہے۔ یہ دم کے باقاعدہ علاج یا شدید COPD کی علامات کے علاج کے لیے استعمال ہوتا ہے۔

### سوال: کیا Bibecfo® ان بیکلومیٹاسون/فورمومیٹروں انہیلر جیسا ہے جو مچھ بھلے تجویز کیے گئے ہیں؟

**جواب:** اگر آپ کو بیکلومیٹاسون ڈائپریوبینیٹ / فورمومیٹروں 100/6mcg کا کوئی دوسرا براہ راست تجویز کیا گیا تھا اور اب Bibecfo® 100/6mcg پر منتقل کیا جا رہا ہے تو پھر آپ کو ایک انہیلر میں اسی طریقہ کار سے اپنی دو دواؤں کی فی پف وہی خوارک دی گئی ہو گی جس کے استعمال کے آپ عادی ہیں۔

### سوال: من اپنا Bibecfo® انہیلر کیسے استعمال کروں؟

**جواب:** براہ کرم اس کتابچے میں موجود بدایات ملاحظہ کریں اور اپنے پیک میں موجود Bibecfo® کے پیکچیں کتابچے میں متعلقہ صفحے سے رجوع کریں۔

### سوال: کیا Bibecfo® بیجوب کے لیے موزوں ہے؟

**جواب:** Bibecfo® 100/6mcg سال اور اس سے زیادہ عمر کے افراد میں تجویز کیا جاتا ہے۔ یچے اور 18 سال سے کم عمر نوجوان یہ دوائی کسی صورت نہیں لے سکتے۔ کسی اور فرد کے ساتھ اپنا انہیلر شیئر نہ کریں۔

## اپنے Bibecfo® انہیلر کے بارے میں جاننا

آپ کے کاؤنٹر میں باقی رہ جانے والی دوا کی مقدار کا ٹریک رکھنے میں آپ کو مدد دینا ہے۔

• ایک نیا انہیلر 120 خوارکوں پر مشتمل ہے۔ جب آپ انہیلر استعمال کریں گے، تو پچھلی جانب موجود نمبر میں 120 سے 0 تک کمی ہو گی۔ بر بار جب آپ کاؤنٹر کو دبائیں گے، تو دوا کا ایک پف خارج ہوتا ہے اور کاؤنٹر کی تعداد میں ایک نمبر کی کمی ہو گی۔

• اگر خوارک کے کاؤنٹر پر "0" ظاہر ہو رہا ہے تو کوئی خوارک باقی نہیں ہے، اپنے انہیلر کو تلف کر دیں اور ایک نیا حاصل کریں کیونکہ ڈیوانس میں رہ جانے والے کوئی بھی پس آپ کو مکمل خوارک دینے کے قابل نہیں ہوں گے۔



**Cipla**



## اپنا Bibecfo® انہیلر کس طریقے سے استعمال کیا جائے

برہ کرم مریض کے اپنے معلوماتی کتابچے میں "اپنے انہیلر کی جانچ کرنا" کے عنوان سے موجود حصہ پڑھیں۔

خوراک کا کافٹر چیک کریں۔ اگر آپ پہلی مرتبہ اپنے انہیلر کی جانچ کر رہے ہیں، تو کافٹر پر 120 پڑھا جانا چاہیے۔ جب بھی ممکن ہو، انہیلنگ کے وقت سیدھی حالت میں کھٹے ہوں یا بیٹھیں۔

1. ماؤٹھ بیس سے حفاظتی کیپ بٹا دیں اور دیکھیں کہ ماؤٹھ بیس صاف ہو اور اس پر کسی لگکے ہو۔



2. جتنا آبستہ اور جتنا گہرا ممکن ہو، سانس باہر نکالیں۔



3. کنستر کو سیدھا اور رکھتے ہوئے عمودی سمت میں پکڑیں اور اپنے ہونٹ ماؤٹھ بیس سے لگائیں۔ ماؤٹھ بیس کو دانتوں سے نہ چانیں۔



4. منہ سے آبستگی سے اور گہرا سانس لیں اور سانس لینے کا عمل شروع کرنے کے فوراً بعد انہیلر کا اوپری حصہ سختی سے دبائیں تاکہ ایک پف خارج ہو۔



5. ممکنہ حد تک زیادہ سے زیادہ دیر تک سانس برقرار رکھیں اور پھر آخر کار انہیلر کو اپنے منہ سے بٹا دیں اور آبستگی سے سانس خارج کریں۔ انہیلر میں سانس نہ لیں۔



ایم بات - اگر آپ کو ایک اور پف لینے کی ضرورت ہو، تو انہیلر کو عمودی سمت میں تقریباً ادھا منٹ اٹھائیں رکھیں، پھر مرحلہ 2 تا 5 دبائیں، تاہم یہ مراحل بہت تیزی سے نہ دبائیں۔

## روزمرہ زندگی اور دمہ

دمہ پوپیہڑوں کا عام طویل مدتی عارضہ ہے۔ UK میں، 7.2 ملین افراد دمہ میں مبتلا ہیں۔ یہ تقریباً 100 میں سے 8 افراد کو بوتا ہے۔ یہ عموماً بچیں سے بوتا ہے، تاہم بالغ افراد بھی اس میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ اگرچہ دمہ کے کوئی معلوم علاج معالجے موجود نہیں ہیں، تاہم بیماری کا نظم کرنے کے لئے تسلیم شدہ طریقہ کار موجود ہیں۔ دمہ ایک طویل مدتی کیفیت ہے لہذا اس کو اچھی طرح قابو میں رکھنے سے مراد ہے کہ ایک اپسہ معمول قائم کیا جائے جو آپ کے لئے کارگر ہو، تاکہ اس پر عمل کے دوران آپ اپنی روزمرہ زندگی کی سرگرمیوں سے لطف انداز ہو سکیں۔

• **ایکٹیو رینا - آپ کو محسوس ہوتا ہے کہ زیادہ سرگرمی سے بچنا چاہیے تاکہ سانس نہ ہو۔** تاہم ایکٹیو نہ رینا آپ کا سانس پھولنے کا مسلسل طویل عرصے میں مزید بکاڑ سکتا ہے۔ ایکٹیو رینے سے آپ کی سکت میں مزید بہتری آئے گی، آپ کے پوپیہڑوں کو ٹھیک طریقے سے کام کرنے میں مدد ملے گی اور دیکھا گیا ہے کہ اس سے افسردگی اور پریشانی کو دور کرنے میں بھی مدد ملے ہے۔

• **تمباکو سے گریز -** تمباکو نوشی سے دمہ کی علامات مزید بگڑ جاتی ہیں، آپ کو دمہ کا دورہ پڑنے کا شدید خطرہ لاحق ہو جاتا ہے اور اس سے مراد ہے کہ دمہ کی دوائیں بھی مؤثر نہیں رہیں گی۔ دوستوں، خاندان اور اپنے ڈاکٹر کی معاونت سے تمباکو سے نجات پانے کا زیادہ امکان ہے۔

• **دمہ کے حرکات سے گریز -** حرکات آپ کی بوا کی نالیوں میں مزید سوژوں پیدا کر سکتے ہیں اور دمہ کی علامات اور دورے پڑنے کی کیفیت کو متjur کر سکتے ہیں۔ عام حرکات میں سردا رخشک ہوا، پولن، الودگی، پالتو جانوروں کے بال، گرد کے ذرات اور زکام/نزلہ شامل ہیں۔ آپ کے حرکات کیا ہیں، اس بارے میں جاننا ضروری ہے تاکہ آپ جہاں تک ممکن ہو ان سے گریز کر سکیں۔

## روزمرہ زندگی اور COPD

COPD ایک طویل مدتی کیفیت ہے جس میں آپ کی سانس کی نالی تنگ ہو جاتی ہے، تو جب آپ سانس لیتے ہیں تو پوپیہڑوں سے بوا کی امدورفت کا عمل بہت مشکل ہو جاتا ہے۔ یہ بڑی عمر کے ان بالغ افراد میں عام ہے جو تمباکو نوشی کرتے ہیں تاہم یہ ان افراد کو بھی مبتاثر کرتا ہے جو گروگوغا، دھوئی اور کیمیکلز میں ریا وہ وقت گزارتے ہیں۔ اگرچہ فی الحال اس کا کوئی علاج موجود نہیں ہے، تو دواؤں کے ساتھ اور تمباکو سے گریز کرتے ہوئے، ایسے بہت سے کام میں جو آپ اپنی کیفیت کا نظم کرنے کے لئے کر سکتے ہیں۔

• **عمل تنفس کا کنٹرول -** سیکھیں کہ سانس لینے کے بینایادی عملے یعنی اپنے ڈایا فراہم کو کس طریقے سے استعمال کیا جائے، جو آپ کو اسانی سے اور کم کوشش کے ساتھ سانس لینے میں مدد دے گا۔ تنفس کے کنٹرول کی یادت کے لئے، آپ اس کی مشق اس وقت کریں جب آپ بیٹھے ہوں، پرسکون ہوں اور سانس پھولو ہوں۔ سانس لینے کے ممکنہ طریقہ بائی کار آپ کے نگداشت صحت کے مابراہ کی جانب سے تجویز کی جا سکتے ہیں۔

• **ایکٹیو رینی -** COPD کے ساتھ، ایکٹیو رینے اور ورزش کرنے سے آپ کے سانس لینے کے عمل، تندرنستی اور معاشر زندگی کو بہتر بنانے میں مدد ملتی ہے، اس کے ساتھ سانس افسوس کی اور ڈپریشن کی علامات بہتر ہوتی ہیں۔ آپ کے لئے درست سطح پر ورزش سیکھنے کا بہترین طریقہ اس پلمونری بحالی میں حصہ لینا ہے، جو آپ کا ڈاکٹر آپ کے لئے ریفر کر سکتا ہے۔

• **جدباتی بیبود -** ایسی طویل مدتی کیفیت کے ساتھ زندگی بس کرنے، جو کہ کھانسی، سانس پھولنے اور تھکن کا باعث بن سکے، سے مراد ہو سکتا ہے کہ آپ کو شاید دیبا، پریشانی یا ڈپریشن محسوس ہو۔ کسی قابل بھروسہ فرد، مشمول اپنے نگداشت صحت کے مابراہ کے ساتھ بات چیت کرنا مددگار ہو سکتا ہے۔ یہ سانس پھولنے کا ایک مکمل ایسے مکانی ہے کہ لانن معاونتی گروپ کے ساتھ شامل ہو جاتے ہوں۔ یہ ایم بات کے اپنے احساسات کا اظہار کریں - سماجی روابط برقرار رکھنے اور COPD کے بارے میں مزید جانے سے آپ کو اپنی کیفیت کو بہتر طور پر سمجھنے اور اس سے نہیں میں مدد ملے گی۔

مزید معلومات کے لئے براہ کرم رابطہ کریں:

ڈاکٹر

نرس

فارماسٹ

مشتبہ ضمنی اثرات کی اطلاع دینا

اگر کوئی ضمنی اثرات ظاہر ہوتے ہیں، تو اپنے ڈاکٹر، فارماسٹ یا نرس سے بات کریں۔ اس میں کوئی بھی ممکنہ ضمنی اثرات شامل ہو سکتے ہیں جو پیکچ کے کتابچے میں درج نہیں ہیں۔ آپ Yellow Card Scheme Yellow Card Scheme میں کوئی اثرات کی اطلاع براہ راست دے سکتے ہیں یا Apple App Store یا Google Play پر Yellow Card MHRA Yellow Card نلاش کر سکتے ہیں۔ ضمنی اثرات کی اطلاع دے کر، آپ اس دوا کی حفاظت سے متعلق مزید معلومات میبا کرنے میں مدد دے سکتے ہیں۔