

# बी.सी. फामकियर

## तम्बाकू छोड़ने में सहायता प्राप्त करें

बी.सी. धूम्रपान निषेध कार्यक्रम उन उत्पादों की लागत के साथ बी.सी. में रहने वाले किसी भी उम्र के लोगों की मदद करता है जो धूम्रपान छोड़ना आसान बना सकते हैं।

### यह किस प्रकार कार्य करता है

कार्यक्रम में प्रत्येक कैलेंडर वर्ष में एक बार 12 सप्ताह (लगातार 84 दिन) का उपचार शामिल है:

- निकोटीन रिप्लेसमेंट थेरेपी (NRT) - निकोटीन गम, लोजेंज या पैच
- धूम्रपान बंद करने वाली प्रेस्क्रिप्शन दवा-बुप्रोपियन (ज़ायबान®) और वैरेनिकलीन जेनेरिक

बी.सी. के उन निवासियों के लिए कवरेज उपलब्ध है जो:

- तम्बाकू उत्पाद का प्रयोग करते हैं-सिगरेट पीते हैं, तम्बाकू चबाते हैं, सूंघते हैं
- जिनका मेडिकल सर्विसेज प्लान (MSP) कवरेज चालू है

### धूम्रपान रोकने में सहायक उत्पाद कैसे प्राप्त करें

#### निकोटीन गम, लोजेंज या पैच

कार्यक्रम चुनिंदा निकोटीन पैच, गोंद और लोजेंज की पूरी लागत को कवर करता है। किसी फार्मासिस्ट से आपको साइन अप करने के लिए कहें। आपको डॉक्टर के प्रेस्क्रिप्शन की आवश्यकता नहीं है, लेकिन आपको एक फॉर्म पर हस्ताक्षर करना होगा जिसमें यह स्वीकार करना होगा कि आप तंबाकू का सेवन छोड़ने की योजना बना रहे हैं।

निकोटीन के स्थान पर इस्तेमाल किए जाने वाले उत्पाद बिना प्रेस्क्रिप्शन वाली दवाएं हैं जिनमें निकोटीन होता है। वे आपके शरीर में निकोटीन की मात्रा को धीरे-धीरे कम करके इसे छोड़ना आसान बना सकते हैं।

#### बुप्रोपियन (ज़ायबान®) या वैरेनिकलाइन जेनेरिक

कार्यक्रम कुछ योजनाओं के तहत डॉक्टर द्वारा बताई गई धूम्रपान बंद करने वाली दवाओं की पूरी लागत को कवर करता है: प्लान सी (आय सहायता), प्लान जी (मनोरोग दवाएं), प्लान डब्ल्यू (फर्स्ट नेशंस स्वास्थ्य लाभ), और प्लान बी (दीर्घकालिक देखभाल)। यदि आपकी कवरेज केवल फेयर फामकियर द्वारा कवर किए गए हैं, तो कवरेज इस पर निर्भर करता है कि आपने अपनी कटौती योग्य या पारिवारिक अधिकतम राशि पूरी कर ली है या नहीं। प्रेस्क्रिप्शन लेने के बारे में डॉक्टर, नर्स प्रैक्टिशनर या फार्मासिस्ट से बात करें।

बुप्रोपियन और वैरेनिकलाइन में निकोटीन नहीं होता। वे धूम्रपान छोड़ने को आसान बनाने और तलब कम करने में मदद करने के लिए मस्तिष्क में काम करते हैं। आपका प्रेस्क्राइबर आपको यह निर्णय लेने में मदद कर सकता है कि इनमें से किसी एक दवा का प्रेस्क्रिप्शन आपके लिए सही है या नहीं।

### अधिक जानकारी के लिए

हमें सोमवार से शुक्रवार सुबह 8 बजे से शाम 8 बजे तक और शनिवार सुबह 8 बजे से शाम 4 बजे तक फोन करें

- लोअर मेनलैंड से: 604-683-7151
- शेष बी.सी. से, टोल फ्री: 1-800-663-7100

### ऑनलाइन संसाधन

- धूम्रपान निषेध कार्यक्रम के बारे में अधिक जानकारी के लिए देखें: [www.gov.bc.ca/bcsmokingcessation](http://www.gov.bc.ca/bcsmokingcessation)
- फेयर फामकियर के लिए पंजीकरण करें: [gov.bc.ca/ahdc](http://gov.bc.ca/ahdc)



धूम्रपान छोड़ने में मदद के लिए व्यक्तिगत सहायता और मूल्यवान निःशुल्क संसाधनों के लिए [www.quitnow.ca](http://www.quitnow.ca) पर जाएं। अधिक जानकारी के लिए अपने फार्मासिस्ट से पूछें।