

मुँह से ली जानी वाली एंटीएनजाइनल दवाईयाँ

- एनजाइना
- एनजाइना का उपचार
- ओरल एंटीएनजाइनल दवाईयों का वर्गीकरण
- सामान्य दुष्प्रभाव और सावधानियाँ
- सामान्य सलाह
- अपने डॉक्टर के साथ संवाद
- एंटीएनजाइनल दवाईयों का भंडारण

एनजाइना

जब आपके हृदय की मांसपेशियों को पर्याप्त ऑक्सीजन-युक्त रक्त नहीं मिलता है, तो सीने में दर्द या बैचेनी होती है, यही एनजाइना है। दर्द आम तौर पर शारीरिक गतिविधि या तनाव से शुरू होता है, आराम करने से राहत मिलती है, और आमतौर पर (एनजाइना हमला) केवल कुछ मिनट तक रहता है। इससे आपकी छाती में दबाव या जकड़न जैसी महसूस हो सकती है। दर्द आपके कंधे, हाथ, गर्दन, जबड़े या पीठ तक फैल सकता है। एनजाइना दर्द अपच की तरह भी महसूस हो सकता है। हालाँकि, एनजाइना कोई बीमारी नहीं है। यह एक अंतर्निहित हृदय समस्या का लक्षण है और आमतौर पर कोरोनरी हृदय रोग (CHD) का एक लक्षण है।

हृदय रोग, 2012 में हांगकांग में मौत का तीसरा आम कारण था। इन हृदय रोगों में CHD एक प्रमुख घटक था, जो हृदय रोग से होने वाली 68% मौतों का कारण बना। CHD तब होता है जब पट्टिका (plaque) नामक एक चिपचिपा पदार्थ हृदय में रक्त की आपूर्ति करने वाली धमनियों में बनता है। परिणामस्वरूप, धमनियाँ सख्त और संकुचित हो जाती हैं और रक्त का प्रवाह कम हो जाता है और हृदय की मांसपेशियों को पर्याप्त रक्त नहीं मिल पाता है। यदि रक्त प्रवाह में सुधार नहीं होता, तो ऑक्सीजन से वंचित हृदय की मांसपेशी नष्ट हो जाती है – एक दिल का दौरा। CHD और एनजाइना के खतरे को बढ़ाने वाले जोखिम भरे कारकों में तम्बाकू का उपयोग, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, हाई ब्लड कोलेस्ट्रॉल का लेवल, हृदय रोग की व्यक्तिगत या पारिवारिक हिस्ट्री, बुढ़ापा, व्यायाम की कमी, मोटापा और तनाव शामिल हैं। इनमें से कुछ कारक टालने योग्य या उपचार के योग्य हैं।

एनजाइना के तीन मुख्य प्रकार हैं:

- **स्थायी एनजाइना:** यह सबसे आम प्रकार और एक प्रचलित स्वरूप है। एक स्पष्ट सक्रियता (जैसे व्यायाम) के कारण दौरे पड़ते हैं। आराम और दवाईयाँ अक्सर मदद करती हैं।
- **अस्थायी एनजाइना:** ज्यादा अप्रत्याशित और सबसे खतरनाक। दौरे बिना किसी प्रत्यक्ष सक्रियता के पड़ते हैं और आराम करने या दवाई लेने के बावजूद भी जारी रहते हैं। यह एक संकेत है कि आपको जल्दी ही दिल का दौरा पड़ सकता है। अगर आपके एनजाइना के सामान्य स्वरूप में बदलाव होता है और दौरा उम्मीद से ज्यादा समय तक रहता है, तो यह एक अस्थायी एनजाइना हो सकता है। यह एक मेडिकल एमरजेंसी है और इस स्थिति में देखभाल के लिए अस्पताल में भर्ती किया जाना चाहिए।
- **भिन्न एनजाइना:** दुर्लभ। दौरे अक्सर तब पड़ते हैं जब आप आराम कर रहे होते हैं। दवाईयाँ मदद कर सकती हैं।

सीने में दर्द वाले कई लोगों को दिल का दौरा पड़ने का डर रहता है। हालाँकि, सीने में दर्द के कई संभावित कारण हैं। आपकी छाती में कोई भी अंग या ऊतक दर्द का स्त्रोत हो सकता है, जिसमें आपका हृदय (जैसे एनजाइना, पेरिकार्डिटिस), फेफड़े (जैसे फुस्फुसीय समावरोध), अन्नप्रणाली (जैसे गैस्ट्रोइसोफेगल रिफ्लक्स), पसलियाँ (जैसे पसलियों की सूजन), मांसपेशियाँ या पट्टिकाएँ (जैसे मांसपेशियों में खिंचाव और पसलियों के बीच में टेंडन्स), या नसें (जैसे दाद) शामिल हैं। इसलिए, अगर आपके सीने में दर्द है तो निदान के लिए अपने डॉक्टर से परामर्श करना चाहिए।

एनजाइना का उपचार

एनजाइना के लिए उपचार का उद्देश्य एनजाइना के दौरे के दौरान लक्षणों से राहत देना, एक व्यक्ति को पड़ने वाले एनजाइना के दौरों की संख्या को घटाना और दिल के दौरे या स्ट्रोक जैसी अन्य जटिलताओं को कम करना है। इसके लिए कई दवाओं का उपयोग किया जा सकता है। इनमें से कुछ को केवल जरूरत के समय लिया जाता है, जबकि अन्य को प्रतिदिन लिया जाता है। अगर दवाई से लक्षणों पर कोई फर्क नहीं पड़ता है, तो डॉक्टर संकुचित धमनियों को चौड़ा करने या बायपास करने के लिए सर्जरी की अनुशंसा कर सकते हैं।

हांगकांग में सभी पंजीकृत एंटीएनजाइनल दवाइयाँ मुँह से ली जाने वाली दवाइयों के रूपों में उपलब्ध हैं, जैसे गोलियाँ, कैप्सूल और सबलिंगुअल स्प्रे। उनमें से कुछ इंजेक्शन के रूप में और ट्रांसडर्मल पैच के रूप में भी उपलब्ध हैं। ज्यादातर ओरल उत्पाद (ग्लाइसेरिल ट्रायनाइट्रेट टैबलेट और सबलिंगुअल स्प्रे जो केवल फार्मसी की दवाएं हैं, को छोड़कर) सिर्फ पर्चे वाली दवायें हैं और डॉक्टर के निर्देश और अनुशंसा के तहत कड़ाई से प्रबंधित की जानी चाहिए। एक तरफ, ग्लाइसेरिल ट्रायनाइट्रेट पैच सिर्फ एक फार्मसी दवा है, जबकि इसका इंजेक्शन सिर्फ एक पर्चे वाला उत्पाद है।

मुँह से ली जाने वाली एंटीएनजाइनल दवाइयों का वर्गीकरण

एंटीएनजाइनल दवाइयों का उपयोग लक्षणों से तत्काल राहत प्रदान करने और एनजाइना के दौरों को रोकने के लिए किया जाता है। यदि आपको दिल के दौरे या स्ट्रोक होने का खतरा ज्यादा है तो दवाई और जीवन-शैली में बदलाव के संयोजन का उपयोग करके जोखिम को कम करना संभव है। दिशानिर्देश एक या दो एंटीएनजाइनल दवाइयों के साथ एस्पिरिन, सम्भवतः एक एंजियोटेंसिन-परिवर्तित एंजाइम अवरोधक, और हृदय रोग की सैकेंडरी रोकथाम के लिए एक स्टेटिन के साथ प्राथमिक उपचार की सलाह देते हैं।

प्रारंभिक उपचार के लिए अनुशंसित एंटीएनजाइनल दवाइयाँ β -ब्लॉकर्स और कैल्शियम चैनल ब्लॉकर्स हैं, जो क्रमशः हार्ट रेट में कमी करके और और वैसोडायलेटरी तंत्र द्वारा मायोकार्डियल इस्किमिया को कम करती हैं। आपका डॉक्टर या तो सिर्फ ये दवाइयाँ या फिर एनजाइना के दौरों के जल्दी निवारण के लिए एक शार्ट एक्टिंग नाइट्रेट भी साथ में लिख सकता है। हालाँकि, इन दवाइयों पर टिके न रहना, उपचार का निषेध है, या लक्षणों को ठीक करने में विफल रहना है, वैकल्पिक एंटीएनजाइनल दवाइयाँ उपलब्ध हैं, जैसे कि ओरल लॉन्ग-एक्टिंग नाइट्रेट्स और नई एंटीएनजाइनल दवाइयाँ।

लक्षणों से तुरंत राहत

शार्ट एक्टिंग नाइट्रेट: अक्सर एनजाइना के इलाज के लिए उपयोग किया जाता है। नाइट्रेट्स आपकी रक्त वाहिकाओं को शिथिल और चौड़ा करके, आपके हृदय की मांसपेशियों में अधिक रक्त प्रवाहित होने देते हैं। एनजाइना का इलाज

करने के लिए इस्तेमाल किया जाने वाला सबसे आम नाइट्रेट (आपकी जीभ के नीचे रखी जाने वाली) ग्लाइसेरिल ट्रायनाइट्रेट (GTN) गोलियां हैं।

एनजाइना के दौरों को रोकना

- 1) β -ब्लॉकर्स: कम बल के साथ दिल की धड़कन को धीमा करते हैं। इसका मतलब है कि व्यायाम के बाद हृदय को कम रक्त और ऑक्सीजन की जरूरत होती है, जो या तो एनजाइना को रोक सकता है या दौरे की आवृत्ति को कम कर सकता है। उदाहरण प्रोप्रानोलोल, एटेनोलोल, मेटोप्रोलोल, कार्वेडिलोल आदि हैं।
- 2) कैल्शियम चैनल ब्लॉकर्स: आपकी धमनियों की दीवारों को बनाने वाली मांसपेशियों को आराम देते हैं, जिससे हृदय के लिए रक्त की आपूर्ति बढ़ जाती है। उदाहरण अम्लोडिपीन, डिल्टियाजेम, फेलोडिपाइन, निफेडिपिन, वेरापामिल आदि हैं।
- 3) लॉन्ग-एक्टिंग नाइट्रेट: GTN के समान क्रिया। लक्षणों की दीर्घकालीन रोकथाम के लिए बनाया गया है। उदाहरण आइसोसोर्बाइड डिनिट्रेट और आइसोसोर्बाइड मोनोनिट्रेट विस्तारित निवारण हैं।
- 4) आइवाब्रेडार्डिन: चयनात्मक शिरा ग्रन्थि यदि अवरोधक हो, β -ब्लॉकर के समान प्रभाव के साथ – आपके हृदय की धड़कन की गति को धीमा कर देता है। अक्सर चिकित्सा कारणों से β -ब्लॉकर्स लेने में असमर्थ रोगियों के लिए उपयोग किया जाता है।
- 5) ट्रिमेटाज़िडाईन: चयापचय घटक जो इस्कीमिया के दौरान उचित ऊर्जा चयापचय को बनाये रखता है।

सामान्य दुष्प्रभाव और सावधानियाँ

दवाई वर्ग	सामान्य दुष्प्रभाव	सावधानियाँ
लक्षणों से तुरंत राहत		
1. ग्लाइसेरिल ट्रायनाइट्रेट	• आसनीय हाइपोटेंशन • टैचीकार्डिया (विरोधाभासी मंदनाड़ी भी पाया गया) • बहुत तेज सिरदर्द • सिर चकराना • निस्तब्धता	• सबलिंगुअल टेबलेट को जीभ के नीचे रखें और इसे चबाये या निगले नहीं • 15 मिनट 3 खुराक लेने के बाद भी अगर दर्द बना रहता है तो चिकित्सीय संरक्षण लें • अगर चक्कर आयें तो गाड़ी या मशीनरी न चलायें • गंभीर गुर्दे और यकृत की दुर्बलता में सावधानी से उपयोग करें • अतिसंवेदनशीलता, निम्न रक्तचाप और हाइपोवोल्टमिया, हाइपरट्रॉपिक कार्डियोमायोपैथी, महाधमनी स्टेनोसिस में नाइट्रेट से निषिद्धता • अचानक बंद करने से बचें

एनजाइना के दौरों को रोकना		
2. β -ब्लॉकर्स	•थकान •हाथ-पैरों का रूखापन •बुरे सपनों के साथ नींद में व्यवधान •अव्यवस्थित रक्त शर्करा •जठरतंत्र की गड़बड़ी •मंदनाड़ी •दिल की धड़कन रूकना •निम्न रक्तचाप •संवाहन सम्बंधी विकार •परिधीय रक्तवाहिनी संकुचन •सिर चकराना	•मधुमेह वाले, प्रतिरोधी श्वासच्छिद्र की बीमारी की हिस्ट्री वाले (सावधानी से समाविष्ट और फेफड़ों के कार्य की निगरानी करें) मायस्थेनिया ग्रैविस के रोगियों में सावधानी बरतें •गुर्दे या यकृत की खराबी वाले रोगियों में खुराक को कम करें •दूसरे और तीसरी डिग्री के हार्ट ब्लॉक वाले रोगियों में निषिद्धता •अनियंत्रित हृदय अवरोध, अस्थमा, चिह्नित मंदनाड़ी, निम्न रक्तचाप, गंभीर परिधीय धमनी रोग और कुछ संवाहन विकारों वाले रोगियों में उपयोग करने से बचें •अचानक बंद करने से बचें
3. कैल्शियम चैनल ब्लॉकर्स	•कब्ज •सिरदर्द •असामान्य दिल की धड़कन •सिर चकराना •लाल चकते •थकान •निस्तब्धता •जी मिचलाना •फुलाव (विशेष रूप से टखनों का)	•पहली डिग्री के AV ब्लॉक में सावधानी बरतें •गंभीर मंदनाड़ी, दूसरी और तीसरी डिग्री के AV ब्लॉक, बिगड़ा साइनस सिंड्रोम, विकट पोरफाईरिया वाले रोगियों में निषिद्धता •कुछ कैल्शियम चैनल ब्लॉकर्स जैसे निफेडिपिन और वेरापामिल लेते समय अंगूर के रस से बचें
4. लॉन्ग-एक्टिंग नाइट्रेट	•आसनीय हाइपोटेंशन •टैकीकार्डिया (विरोधाभासी मंदनाड़ी भी पाया गया) •बहुत तेज सिरदर्द •सिर चकराना	•गंभीर यकृत और गुर्दे की दुर्बलता में सावधानी बरतें •अतिसंवेदनशीलता, निम्न रक्तचाप और हाइपोवोल्टिमिया, हाइपरट्रॉपिक कार्डियोमायोपैथी, महाधमनी स्टेनोसिस में नाइट्रेट से निषिद्धता •अचानक बंद करने से बचें
5. आइवाबरेडाइन	•मंदनाड़ी •फर्स्ट-डिग्री हार्ट ब्लॉक •सिरदर्द •सिर चकराना •दृश्य अवरोध	•यकृत और गुर्दे की दुर्बलता में सावधानी बरतें •एनजाइना के लिए, हृदय की धड़कन 60 प्रति मिनट से नीचे के रोगियों के लिए निषिद्ध है

		•अस्थिर या तीव्र हार्ट फैलियर; तीव्र रोधगलन; अस्थिर एनजाइना, क्षीण साइनस सिंड्रोम, दूसरी और तीसरी डिग्री का हृदय अवरोध; पेसमेकर पर निर्भर मरीजों के लिए निषिद्ध
6. टिर्मटाज़िडाईन	•जठरतंत्र सम्बंधी गडबड •सिर चकराना •सिरदर्द	•मध्यम गुर्दे की खराबी और 75 वर्ष से अधिक उम्र के बुजुर्गों में सावधानी बरतें •विशेष रूप से अतिसंवेदनशील रोगी लेने में सावधानी बरतें क्योंकि दवा से अस्थिरता या निम्न रक्तचाप हो सकता है और कमजोरी का खतरा बढ़ सकता है •पार्किंसंस रोग, पार्किन्सोनियन लक्षणों, झटके, अधीर पैर सिंड्रोम और अन्य सम्बंधित संचलन विकारों, गंभीर गुर्दे सम्बंधी खराबी में निषिद्ध •पार्किन्सोनियन लक्षणों के लिए नियमित रूप से रोगी(विशेष रूप से बुजुर्ग) का मूल्यांकन करे

सामान्य सलाह

•स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं क्योंकि यह एनजाइना के जोखिम को कम करने का सबसे प्रभावी तरीका है। यह निम्नलिखित तरीकों से प्राप्त किया जा सकता है:

- शराब का सेवन कम करें। बताई गई अधिकतम सीमा से ऊपर पीने से आपका रक्तचाप बढ़ सकता है। प्रतिदिन शराब के सेवन की अनुशंसित मात्रा पुरुषों के लिए 3-4 यूनिट और महिलाओं* के लिए 2-3 यूनिट तक है। एक यूनिट लगभग आधी पिट बीयर के बराबर या वोडका या विह्स्की के एक पैग (25 मिली) के बराबर है।
- धूम्रपान बंद करें और दूसरों के धुएँ के संपर्क में आने से बचें। धूम्रपान आपके दिल के दौरों और स्ट्रोक दोनों के जोखिम को बढ़ा सकता है।
- स्वस्थ वजन बनाये रखें। अगर आपका वजन ज्यादा है तो आपके दिल को आपके शरीर में रक्त को संचारित करने के लिए ज्यादा मेहनत करने की जरूरत है जिससे आपका रक्तचाप बढ़ सकता है।
- नियमित रूप से व्यायाम करें। व्यायाम आपके हृदय और रक्त वाहिकाओं को अच्छी स्थिति में रख सकता है। सुरक्षित व्यायाम योजना के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें।
- तनाव से बचें। तनाव और दबाव को कम करने के लिए स्वस्थ गतिविधियों में व्यस्त रहें।

•संतुलित और स्वस्थ आहार लें:

- साबुत अनाज के साथ बहुत सारा फाइबर खाएँ और विभिन्न तरह के फल और सब्जियाँ आपके शरीर को अच्छी स्थिति में रखने में मदद कर सकती हैं।
- मक्खन, वसायुक्त मांस और तले हुए भोजन जैसे संतृप्त वसा वाले खाद्य पदार्थों से बचें क्योंकि उच्च वसा वाले खाद्य पदार्थ आपकी धमनियों में वसा की परत जमा सकते हैं।
- थोड़ी मात्रा अनसैचुरेटेड फैट जैसे ऑयली फिश (सामन, मैकेरल, आदि), नट्स और बीजों की खाएँ क्योंकि ये अच्छे कोलेस्ट्रॉल के स्तर को बढ़ा सकते हैं और आपकी धमनियों में किसी भी रुकावट को कम करने में मदद करते हैं।
- अपने भोजन में नमक की मात्रा को कम करें क्योंकि यह आपके रक्तचाप को बढ़ा सकता है।

•लिखे हुए निर्देश के अनुसार एंटीएनजाइनल दवाइयों को लें और हृदय रोग और एनजाइना को बदतर होने से बचाने के लिए अपने डॉक्टर के निर्देशों का पालन करें।

•अन्य बीमारियाँ जो आपके एनजाइना के जोखिम को बढ़ा सकती हैं, जैसे मधुमेह, उच्च रक्तचाप और उच्च कोलेस्ट्रॉल, इनके उपचार के लिए अपनी दवा थैरेपी पर टिके रहें।

•स्थिर एनजाइना के इलाज के लिए विटामिन या मछली के तेल के पूरक न लें। कोई प्रमाण नहीं है कि वे सहायक हो सकते हैं।

•अगर GTN लेने के बाद आपके सिर में हल्कापन सा महसूस होता है तो बैठिये या थामने/पकड़ने के लिए कुछ ढूँढिये।

•अपने आप को शांत रखें और थोड़ा-थोड़ा आराम करें, क्योंकि एनजाइना अक्सर थकावट से शुरू होता है।

* राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा (इंग्लैंड)

अपने डॉक्टर से संवाद

•सर्वोत्तम उपचार विकल्प के लिए अपने डॉक्टर से संवाद करें। आपका डॉक्टर आपकी स्थिति और दवाई के प्रति आपकी प्रतिक्रिया को देखने के बाद आपके लिए सबसे उपयुक्त दवाई लिख देगा।

•उभरने वाले किसी भी आसामान्य और गंभीर दुष्प्रभावों को देखें। यदि आप ऐसे किसी भी लक्षण का अनुभव करते हैं, तो तुरंत अपने डॉक्टर से संपर्क करें।

•अपने डॉक्टर से पूछे बिना अपनी कोई भी दवाई बंद न करें। इन दवाइयों को अचानक लेना बंद करना या अपनी खुराक को बदलना आपके एनजाइना को बिगाड़ सकता है या दिल का दौरा पड़ने का कारण बन सकता है।

•अपनी मेडिकल हिस्ट्री के बारे में अपने डॉक्टर को बताएं, क्योंकि कुछ बीमारियों में विशेष सावधानियाँ बरतने की जरूरत हो सकती है।

•अगर आप अभी अन्य दवाइयाँ ले रहे हैं तो अपने डॉक्टर को बताएं क्योंकि अन्य दवाइयाँ एंटीएनजाइनल दवाइयों पर परस्पर प्रभाव डाल सकती हैं और खतरनाक दुष्प्रभाव पैदा कर सकती हैं (जैसे रोगी को सिल्डेनाफिल लेने से पहले या बाद के 24 घंटे तक GTN नहीं लेना चाहिए)।

•अपने डॉक्टर को सूचित करें कि आप गर्भवती हैं या स्तनपान करवा रही हैं, क्योंकि कुछ एंटीएनजाइनल गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं को नहीं लेने चाहिए।

एंटीएनजाइनल दवाईयों का भंडारण

एंटीएनजाइनल दवाईयों को शुष्क और ठंडे स्थान में रखा जाना चाहिए। अगर लेबल पर लिखा न हो तो, दवाईयों को फ्रिज में नहीं रखा जाना चाहिए। ग्लाइसेरिल ट्रायनाइट्रेट (GTN) की गोलियों को 100 गोलियों तक के एक ग्लास कंटेनर में रखा जाना चाहिए, और बिना सूती रुई के अस्तर के पन्नी वाले आवरण के साथ रखना चाहिए। 8 सप्ताह उपयोग में लेने के बाद GTN गोलियों को फेंक देना चाहिए। इसके अलावा, बच्चों द्वारा दवाई निगलने की घटना से बचने के लिए दवाओं को बच्चों की पहुँच से दूर उचित तरीके से रखा जाना चाहिए।

आभार: औषधि कार्यालय प्रोफेशनल डेवलपमेंट और क्वालिटी ऐशोरेन्स (PD&QA) को इस लेख की तैयारी में उनके अमूल्य योगदान के लिए धन्यवाद कहना चाहता हूँ।

औषधि कार्यालय

स्वास्थ्य विभाग

सितम्बर 2019