ओरल(मुँह से ली जाने वाली) मिर्गी-रोधक दवाएं

मिर्गी

मिर्गी एक केंद्रीय तंत्रिका तंत्र का विकार (स्नायु-संबंधी विकार) है जिसके कारण लोगों को बार-बार दौरे पड़ते हैंI दौरे तब पड़ते हैं जब आपके मस्तिष्क की तंत्रिका कोशिका की गतिविधि में गड़बड़ी होती है, जिसके कारण एक असामान्य व्यवहार, लक्षणों और संवेदनाओं सहित, चेतना खोने की अनुभूति होती हैI किसी व्यक्ति के पूरे जीवनकाल में मिर्गी के होने का जोखिम 3 से 5% के बीच में होता है; नवजात, बच्चे, और बुजुर्गों में विकार के विकसित होने का सबसे अधिक खतरा होता हैI

मिर्गी को आम तौर पर आंशिक (केन्द्रीय) दौरे जो प्रारम्भ में मस्तिष्क के एक भाग में शुरू होते हैं, और सामान्यकृत दौरे जो मस्तिष्क के दोनों गोलार्द्धों से शुरू होते हैं, में वर्गीकृत किया जाता हैI आंशिक दौरे द्वितीय सामान्यकृत दौरे बन सकते हैं यदि तंत्रिका कोशिका की गतिविधि पूरे मस्तिष्क को शामिल करने के लिए फ़ैल जाती हैंI लक्षण दौरों के प्रकारों पर निर्भर करते हैं, और जिसमें अस्थायी भ्रम, घूरने का आवेग, बाजुओं और पैरों का अनियंत्रित मुड़ना, चेतना या समझ का खोना, और मानसिक लक्षण शामिल हो सकते हैंI

उपचार

आम तौर पर मिर्गी-रोधक दवाएं उपचार का पहला विकल्प हैंI मिर्गी-रोधक दवाएं मिर्गी का इलाज नहीं करतीI लगभग 70% मिर्गी से पीड़ित लोग अपने दौरों में निर्दिष्ट की हुई दवाईयों को नियमित रूप से लेने से अपने दौरों पर नियंत्रण पा लेते हैंI यदि केवल उपचार से स्थिति पर नियंत्रण नहीं हो पाता है, तो डॉक्टर के निर्देश के अनुसार सर्जरी या अन्य किस्म का उपचार दिया जा सकता हैI दूसरे उपचारों में वेगस तंत्रिका को उत्तेजित करना(तंत्रिका को उत्तेजित करने के लिए एक छोटे विद्युतीय उपकरण को आपकी त्वचा के नीचे विद्युत को पास करने के लिए लगाना), और कीटोज़ेनिक डाईट (एक ऐसी डाईट जिसमें उच्च वसा और निम्न कार्बोहाइड्रेट और प्रोटीन होता है) शामिल हैं जिन्हें कभी-कभी बच्चों को लेने की सलाह दी जाती हैI

हांगकांग में सभी पंजीकृत मिर्गी-रोधक दवाएं ओरल खुराक के रूप में उपलब्ध हैं जैसे कि गोलियाँ, कैप्सूल, सिरप और सोल्यूशनI उनमें से कुछ इंजेक्शन के रूप में भी उपलब्ध हैंI ये सभी उत्पाद सिर्फ पर्चे से मिलने वाली दवाएं हैं और इनका उपयोग डॉक्टर के निर्देश और अनुशंसा के अनुसार कड़ाई से किया जाना चाहिएI

मिर्गी-रोधक दवाओं का वर्गीकरण

सामान्यतः मिर्गी रोधक दवाएं आपके मस्तिष्क के रसायनों के स्तर को परिवर्तित करके कार्य करती हैं जोकि विद्युध आवेग का संचालन करते हैं, और इससे दौरे पड़ने की संभावना कम हो जाती हैI मिर्गी-रोधक दवाओं का निर्धारण मुख्यतः अनुभव किये जाने वाले दौरों की किस्म के विरुद्ध इसके प्रभाव और इसके संभावित दुष्प्रभावों के आधार पर किया जाता हैI दूसरे कारणों

जैसे कि संबंधित उपचार, सह-रुग्णता, आयु और लिंग को भी ध्यान में रखा जाता हैI

दौरों पर अधिकतम नियंत्रण पाने और न्यूनतम दुष्प्रभावों के लिए मिर्गी रोधक दवा को एकल दवा में जितना कम हो सके उतनी कम खुराक से लेना शुरू करना चाहिएI जब पहली मिर्गी-रोधक दवा की मोनोथैरेपी निष्फल हो जाए, तो दूसरी दवा की मोनोथैरेपी पर विचार किया जाना चाहिएI यदि स्थिति फिर भी नहीं सुधरती है, दो या अधिक मिर्गी-रोधक दवाओं का संयुक्त उपचार देना आवश्यक हो जाता हैI

विभिन्न मिर्गी रोधक दवाएं उनकी विशेषताओं के अनुसार भिन्न होती हैं, जो इस खतरे पर प्रभाव डालती हैं कि विभिन्न निर्माताओं के उत्पाद के मध्य एक निश्चित दवा का बदलाव करना प्रतिकूल प्रभावों या दौरों पर नियन्त्रण की कमी का कारण बन सकता हैI इसलिए, मिर्गी-रोधक दवाओं को उनके खतरे के आधार पर तीन वर्गों में बाँटा गया है:

- वर्ग 1: किसी भी एक निर्माता के उत्पाद पर बने रहने की सलाह दी जाती हैI उदाहरण कार्बामाज़ेपिन, फेनीटोइन; और फेनोबार्बिटल (पर्यायवाची: फेनोबार्बिटोन)I
- वर्ग 2: किसी विशेष निर्माता की दवा की लगातार आपूर्ति की आवश्यकता नैदानिक विचार पर आधारित होनी चाहिए, जिसमें दौरे की आवृति और उपचार के इतिहास जैसे कारकों को ध्यान में रखा जाना चाहिएI उदाहरण हैं ऑक्सबार्ज़ेपिन, वैल्प्रोएट, लैमोट्रीजिन, क्लोबाज़म, क्लोनाज़ेपम, रेटिगैबिन, और टॉपिरामेटI
- वर्ग 3: आम तौर एक विशेष निर्माता के उत्पाद पर बने रहने की आवश्यकता नहीं हैI उदाहरण हैं गाबापेंटिन, प्रीगाबेलिन, विगबेट्रिन, लेवेटीरेसेटम और लैकोसमाइडI

सामान्य दुष्प्रभाव और सावधानियां

प्रत्येक मिर्गी-रोधक दवा से कभी-कभी थकान, चक्कर, अस्थिरता, धुंधलापन, पेट की गड़बड़ी, सिरदर्द, याददाश्त और सोचने में परेशानी जैसे दुष्प्रभाव हो सकते हैंI वैल्प्रोएट, गाबापेंटिन, प्रीगैबलिन और कार्बामाज़ेपिन वजन बढ़ा सकती हैंI टॉपिरामेट वजन को घटा सकती हैंI

मिर्गी-रोधक दवा	सामान्य दुष्प्रभाव	सावधानियां
वर्ग 1 दवा		
1. कार्बामाज़ेपिन	• सिरदर्द, गति-भंग[Ω], उनींदापन, चक्कर आना, और अस्थिरता, • मतली और उल्टी • धुंधलापन • त्वचा में एलर्जी प्रतिक्रिया	• हृदय रोग, त्वचा की प्रतिक्रिया, गुर्दे और यकृत की खराबी वालों में सावधानीपूर्वक उपयोग करें • हेन चाइनीज़ या थाई उत्पत्ति वाले व्यक्तियों में ह्यूमन ल्युकोसाइट एंटीजेन (HLA) एलील *HLA-B*1502* के लिए टेस्ट[#] • हृदय संवाहन समस्या (जब तक पेस न लगा हो), अस्थि-मज्जा न्यूनता के इतिहास वालों और पोरफिरिया[Φ] में अंतर्विरोधी • यदि बुखार, चकत्ते, मुँह का अल्सर, नील पड़ना, या रक्त स्त्राव जैसे लक्षणों में वृद्धि हो तो तुरंत चिकित्सा लें
2. फ़िनाइटोइन	• सिरदर्द, चक्कर आना, कंपकंपी, अस्थायी	• यकृत की खराबी वालों या मधुमेह वाले मरीजों में सावधानीपूर्वक उपयोग करें

	घबराहट और नींद न आना • मतली, उल्टी और कब्ज़ • मसूड़ों में कोमलता और हाइपरलेपसिया • मुँहासे, अत्यधिक बाल उगना[ψ], और चेहरे का मोटा हो जाना	• हेन चाइनीज़ या थाई उत्पत्ति[#] वाले व्यक्तियों में *HLA-B*1502* एलील के लिए टेस्ट • यदि बुखार, गले में दर्द, चकत्ते, मुँह का अल्सर, नील पड़ना, या रक्त स्त्राव में वृद्धि हो तो तुरंत चिकित्सा लें
3. फेनोबार्बिटल	• उनींदापन और सुस्ती • अचानक मूड में परिवर्तन • यादाश्त और सोचने में परेशानी • भ्रमित उत्तेजना, बेचैनी, बुजुर्गों में भ्रम की स्थिति और बच्चों में चिड़चिड़ापन और अतिसक्रियता • ज्यादा खुराक लेने से आँख की पुतलियों का अनायास घूमना[δ], गति-भंग[Ω] और श्वसन अवसाद हो सकता है	• बुजुर्गों में, कमजोर लोग, बच्चे, श्वसन न्यूनता वाले मरीज (गंभीर है तो न दें), शराब या नशे के सेवन के इतिहास वाले, या गुर्दे के विकार वाले लोगों में सावधानीपूर्वक उपयोग करें • पोरफिरिया[Φ] ,गंभीर यकृत के विकार वाले, या व्यक्तिगत या पारिवारिक भावनात्मक विकार के इतिहास वाले लेने से बचें
वर्ग **2** दवा		
4.ऑक्सर्बाज़ेपिन	• मतली, उल्टी, कब्ज़, दस्त • चक्कर आना, उनींदापन, सिरदर्द • उग्रता, भ्रम, भूलना, एकाग्रता में कमी • आँख की पुतलियों का अनायास घूमना[δ], दृष्टि-बाधा • चकत्ते	• होईपोनाट्रेमिया, हृदय की विफलता, हृदय संवाहन रोग, या गंभीर यकृत का विकार वाले सावधानीपूर्वक लें • गुर्दे की खराबी में खुराक को कम करें • हेन चाइनीज़ या थाई उत्पति[#] वाले व्यक्तियों में *HLA-B*1502* एलील के लिए टेस्ट • गम्भीर पोरफिरिया[Φ] में लेने से बचें
5. वैल्प्रोएट	• मतली, पेट की गड़बड़ी, दस्त, • भूख और वजन का बढ़ना • हाइपरमोनमिया, थ्रोम्बोसाइटोपेनिया[χ] • अस्थायी बालों का झड़ना (दोबारा उगने पर घुंघराले हो सकते हैं)	• जब तक मिर्गी के लिए कोई उपयुक्त विकल्प न हो, गर्भवस्था में इसे लेना अंतर्विरोधी है; माँ के पेट के अंदर वैल्प्रोएट सोडियम, वैल्प्रोइक एसिड, डाइवलप्रोएट के सम्पर्क में आने वाले शिशुओं में विकृतिओं का खतरा बढ़ जाएगा; शिशुओं को मस्तिष्क के विकास के विकार(मस्तिष्क टेस्ट गणना कम होना) का खतरा हो सकता है • जब तक कि महिला को गर्भ को सुरक्षित रखने के उपाय न दिए गए हों गर्भावस्था में इसका उपयोग अंतर्विरोधी है, इसमें प्रभावी गर्भ-निरोधक शामिल हैं, लेकिन सीमित नहीं हैं, लागू किये गए हैं • गंभीर यकृत के विकार के पारिवारिक इतिहास वाले या गंभीर पोरफिरिया[Φ] के मरीजों में अंतर्विरोधी है

		• यकृत की खराबी या गंभीर गुर्दे की बीमारी में लेने से बचें • यदि पेट में दर्द, मतली या उल्टी के लक्षण विकसित हो जाएँ तो तुरंत चिकित्सा देखरेख लें
6. लैमोट्रीजिन	• मतली, उल्टी, दस्त • उनींदापन, चक्कर आना • नींद न आना • उग्रता, चिड़चिड़ापन • कमर का दर्द, जोड़ों का दर्द • गति-भंगΩ, आंखों की पुतलियाँ का अनायास घूमनाδ • द्वि-दृष्टि, धुंधलापन • चकत्ते	• गुर्दे की विफलता या मध्यम से गंभीर यकृत की खराबी होने पर सावधानीपूर्वक लें • अस्थि-मज्जा की विफलता जैसे कि खून की कमी, नील पड़ना, या संक्रमण के लक्षणों और संकेतों के होने को चेतावनी की तरह लेंI चकत्ते या अतिसंवेदनशीलता विकार के संकेत या लक्षण विकसित होने पर तुरंत चिकित्सीय देखरेख लें • लैमोट्रीजीन के उपचार के दौरान त्वचा में चकत्ते उभर सकते हैं; गंभीर त्वचा की प्रतिक्रियाएं जिसमें स्टीवंस-जॉनसन सिंड्रोम और विषाक्त एपिडर्मल नेक्रोलिसिस शामिल हैं, पाई गई हैं, जो कि खासकर बच्चों में और आम तौर पर लैमोट्रीजीन को शुरू करने के 8 हफ्ते के भीतर होती हैं • लैमोट्रीजीन एक दुर्लभ लेकिन गंभीर प्रतिरक्षा प्रणाली प्रतिक्रिया जिसे हीमोफैगोसाइटिक लिम्फोहिस्टियोसाइटोसिस (HLH) कहते हैं जोकि प्राण-घातक हो सकती है, का कारण बन सकती है
7. क्लोबाज़म	• उनींदापन और अगले दिन हल्का सिरदर्द • भ्रम और गति-भंगΩ (खासकर बुजुर्गों में) • भूलने की बीमारी • निर्भरता • उग्रता में मिथ्या-सम्बंधी वृद्धि • मांसपेशी में कमजोरी • दृष्टि-बाधा • लार में परिवर्तन	• श्वसन की बीमारी, मांसपेशी की दुर्बलता, मियासथीनिया ग्रेविसγ(अस्थिर हो तो न लें), नशे या मदिरा सेवन के इतिहास वाले, चिन्हित व्यक्तित्व विकार, गंभीर पोरफिरियाΦ में सावधानीपूर्वक उपयोग करेंI • श्वसन न्यूनता, फेफड़ों की गंभीर अपर्याप्तता, सोते हुए सांस लेने में दिक्कत में अंतर्विरोधी है • चकत्ते, त्वचा पर छाले होना या फटना, मुँह में छाले या पित्त उछलना जैसे लक्षणों के विकसित होने पर तुरंत चिकित्सा देखरेख लें
8. क्लोनाज़ेपम	• उनींदापन (दवा शुरू करने पर 50% मरीजों में होता है) • मांसपेशी हाइपोटोनिया, समन्वय की गड़बड़ी • खराब एकाग्रता, भूलने की बीमारी	• बुज़ुर्ग और कमजोर रोगियों में, श्वसन रोग, वायुमार्ग में अवरोध, रीढ़ की हड्डी या अनुमस्तिष्कीय गति-भंगΩ, मस्तिष्क में क्षति; शराब या नशे के सेवन का इतिहास, अवसाद या आत्महत्या का विचार; मियासथीनिया ग्रेविसγ(अस्थिर हो तो न लें), गंभीर पोरफिरियाΦ गंभीर यकृत विकार वाले सावधानीपूर्वक उपयोग करेंI

	• निर्भरता • निर्भरता, भ्रम • नवजात और छोटे बच्चों में अति-स्त्राव का होना • आँखों की पुतलियों का अनायास हिलना[δ]	• श्वसन न्यूनता, फेफड़ों की गंभीर अपर्याप्तता, सोते हुए सांस लेने में दिक्कत, कोमा, हाल ही में शराब या नशे के सेवन वालों में अंतर्विरोधी है
9. रेटिगैबिन	• भूख और वजन का बढ़ना • मतली, कब्ज़, अपच, मुँह का सूखापन • उनींदापन, चक्कर आना • पेशाब में जलन • बेचैनी • कम्पन, समन्वय में कमी • भ्रम, चिंता • धुंधलापन, द्वि-दृष्टि, नेत्र उत्तक टिशु का रंग बिगड़ना	• मूत्र प्रतिधारण और ज्ञात हृदय संवाहन के खतरे वाले मरीजों में सावधानी के साथ उपयोग करें • यकृत और गुर्दे के विकार में खुराक कम करें
10. टॉपिरामेट	• गति-भंग[Ω] • एकाग्रता में कमी, भ्रम, याददाश्त या सोचने में परेशानी • चक्कर आना, उनींदापन • थकान • उग्रता, मूड में गड़बड़ी • मतली • दृष्टि-बाधता • वजन में कमी • गुर्दे में पथरी	• गर्भवती महिलाओं को देने पर टॉपिरामेट भ्रूण को नुकसान पहुंचा सकता हैI माँ के गर्भ में टॉपिरामेट के सम्पर्क में आने वाले बच्चों के फटे हुए होंठ और/या फटे हुए तालू (मुँह के तालू) होने का खतरा बढ़ जाता हैI यदि देने का फायदा संभावित खतरे से अधिक न हो तो गर्भावस्था में नहीं दिया जाना चाहिएI यदि गर्भावस्था के दौरान दवा का इस्तेमाल किया जाता है, या दवा को लेते समय मरीज गर्भ धारण कर लेता है, तो मरीज को, भ्रूण को होने वाले संभावित खतरे के बारे में सूचित किया जाना चाहिएI • चयापचय अम्ल-रक्तता, गुर्दे की पथरी(भरपूर पानी लेना सुनिश्चित करें), गुर्दे की खराबी, या मध्यम से गंभीर यकृत विकार में सावधानीपूर्वक लेंI • गम्भीर पोरफिरिया[Φ] में लेने से बचें
वर्ग **3** दवा		
11. गाबापेंटिन	• उदासीनता • चक्कर आना • गति-भंग[Ω] • थकान • मतली और उल्टी, मुँह का सूखापन, अपच, दस्त • वजन का बढ़ना, सूजन • याददाश्त में कमी • ग्रसनी-शोथ, नासिका-शोथ	• बुजुर्ग, मधुमेह, मानसिक बीमारी के इतिहास वाले, गुर्दे के विकार और हीमोडायलिसिस लेने वाले मरीज सावधानीपूर्वक उपयोग करें • मरीज जिनको नशीली दवाओं के साथ संयोजक उपचार की आवश्यकता है उनको सावधानी से केन्द्रीय तंत्रिका तंत्र(CNS) के अवसाद, जैसे कि उदासीनता, बेहोशी और श्वसन अवसाद के संकेतों पर बारीकी से ध्यान देने की आवश्यकता हैI मरीज जो गाबापेंटिन

	• जोड़ों का दर्द, वात-रोग • भ्रम, अवसाद, घबराहट	और मोर्फिन के संयोजन को इस्तेमाल कर रहे हैं वे गाबापेंटिन सांद्रता का अनुभव कर सकते हैंI गाबापेंटिन या लिए जाने वाले नशीले पदार्थ की खुराक को उचित रूप से कम किया जा सकता हैI • गाबापेंटिन गंभीर श्वसन न्यूनता के साथ जुड़ा हुआ हैI श्वसन क्रिया, श्वसन या तंत्रिका-तंत्र सम्बंधी बीमारी, गुर्दे की बीमारी, CNS अवसाद-रोधक का संयोजक इस्तेमाल करने वाले मरीज और बुज़ुर्ग लोग इस गंभीर प्रतिकूल प्रतिक्रिया के गंभीर खतरे का अनुभव कर सकते हैंI इन मरीजों में खुराक का समायोजन करना जरूरी हो सकता हैI
12. प्रीगाबेलिन	• उदासीनता • धुंधलापन, द्वि-दृष्टि • भूख और वजन का बढ़ना • मुँह का सूखापन, कब्ज़, उल्टी, पेट का फूलना • उत्साह, भ्रम • यौन विकार • याददाश्त और समन्वय में खराबी	• गंभीर रक्त-संचय हृदय विफलता, और मरीज जिनकी तीव्र मस्तिष्क विकृति की स्थिति हो सकती है, वे सावधानीपूर्वक उपयोग करें • यदि नशीले पदार्थ के संयोजन के साथ में दिया जाए तो उनमें CNS अवसाद का खतरा होता है
13. विगबेट्रिन	• उनींदापन • थकान • उत्तेजना और उग्रता(बच्चों में) • सिरदर्द • गति-भंगΩ और झनझनाहट • याददाश्त और समन्वय में खराबी • वजन बढ़ना और सूजन • अपरिवर्तनीय दृश्य क्षेत्र दोष	• बुजुर्गों में; मनोविकृति के इतिहास वाले, अवसाद या व्यवहार संबंधी समस्याओं; बेसुध करने वाले दौरे में सावधानी से लेंI • दृष्टि रोग वाले मरीजों में अंतर्विरोधी हैI • किसी भी नए दिखने वाले लक्षण को बारीकी से देखें, और लक्षण होने पर तुरंत चिकित्सीय देखरेख लें
14. लेवेटीरेसेटम	• उदासीनता • कमजोरी • चक्कर आना • भूख न लगना • मतली • दस्त • वजन में परिवर्तन • गति-भंगΩ • कम्पन • नींद न आना • द्वि-दृष्टि • गंजापन	• गुर्दे के विकार, या गंभीर यकृत विकार वाले मरीजों में सावधानी रखें

15. लैकोसमाइड	• चक्कर आना • सिरदर्द • मतली • द्वि-दृष्टि • अवसाद • असामान्य समन्वय • याददाश्त में कमी • उदासी • कंपन • धुंधलापन • सिर-चकराना • पेट की गड़बड़ी	• बुजुर्गों में सावधानी, या गंभीर हृदय की बीमारी (जैसे कि हृदय आधात या हृदय की विफलता के इतिहास वाले), गंभीर गुर्दे या यकृत की बीमारी वाले लोगों में सावधानी रखेंI • हृदय संवाहन समस्या में अंतर्विरोधी हैI

Ω गति-भंग - स्वैच्छिक गति के दौरान मांसपेशियों के समन्वय की कमी, जैसे चलना या वस्तुओं को उठाना
*HLA-B*1502* टेस्ट - *HLA-B*1502* एलील वाले को गंभीर त्वचा प्रतिक्रियाएं होने का खतरा होता है(जैसे स्टीवंस-जॉनसन सिंड्रोम और विषाक्त एपिडर्मल नेक्रोलिसिस)यदि प्रासंगिक दवा का उपयोग कर रहे हैं
Φ पोरफिरियाΦ - एक चयापचय विकार जिससे आपके शरीर में पोर्फिरिन का निर्माण होता है, जिससे तंत्रिका-तंत्र और/या त्वचा प्रभावित होती है
ψहिर्सुटिज़्म- महिलाओँ में अवांछित रूप से पुरूष जैसे बालों का बढ़ना
δनिस्टागमस- आँखों की पुतलियों का अनायास घूमना
χ थ्रोम्बोसाइटोपेनिया- कम प्लेटलेट संख्या
ϒ मियासथीनिया ग्रेविस- आपके स्वैच्छिक नियंत्रण के तहत किसी भी मांसपेशी की कमजोरी और तेज थकान

दवा लेना छोड़ना

विशेषकर फेनीटोइन, क्लोबेजाम और क्लोनाज़ेपाम को अचानक छोड़ने से बचें, क्योंकि ऐसा करना गंभीर दौरों को बढ़ा सकता हैI यहाँ तक कि जिन मरीजों को पिछले कुछ सालों से दौरे नहीं आये हैं, उनको भी दवा छोड़ने पर दौरों की पुनरावृत्ति का खतरा हैI

मिर्गी-रोधक दवाओं को डॉक्टर की निगरानी के तहत छोड़ना चाहिए, और खुराक को डॉक्टर के निर्देश के अनुसार धीरे-धीरे घटाना चाहिएI

मिर्गी-रोधक दवाओं को लेने पर सामान्य सलाह

- दौरों को खत्म करने के लिए, निर्दिष्ट मिर्गी-रोधक दवा को लंबे समय तक रोजाना लेंI मिर्गी पर नियंत्रण पाने के लिए दवा को डॉक्टर के बताये गए निर्देश के अनुसार लेना जरूरी हैI कभी भी अपनी मिर्गी-रोधक दवा को लेना अचानक बंद न करें ऐसा करना दौरों का कारण बन सकता हैI
- आंतरिक अंगों पर होने वाले दुष्प्रभावों की निगरानी करने के लिए और दवा के रक्त के स्तर के आकलन के लिए कुछ दवाओं के साथ खून की नियमित जांच करना आवश्यक हैI डॉक्टर के द्वारा निर्दिष्ट किये गए रक्त जांच शेड्यूल का पालन करेंI
- शराब के ज्यादा सेवन से बचें क्योंकि इससे दौरा पड़ सकता है, और ऐसा करना मिर्गी-रोधक दवाओं के साथ हस्तक्षेप कर उनके प्रभाव को कम कर सकता हैI मिर्गी-रोधक दवाएं शराब के असर को अत्यधिक बढ़ा सकती हैं, जबकि शराब मिर्गी रोधक दवाओं के दुष्प्रभाव को बहुत अधिक बिगाड़ सकती हैI
- यदि आप उनींदापन महसूस करें तो मशीनरी न चलायेंI हांगकांग में मिर्गी के मरीजों को ड्राइविंग लाईसेंस मिलने पर प्रतिबन्ध हैI

- भरपूर नींद लें क्योंकि नींद की कमी दौरों का कारण बन सकती हैI सुनिश्चित करें कि आप हर रात भरपूर आराम ले रहे हैंI
- नियमित व्यायाम करें क्योंकि व्यायाम आपको शारीरिक रूप से स्वस्थ रख सकता है और अवसाद को कम कर सकता हैI सुनिश्चित करें कि आप व्यायाम करते समय भरपूर पानी पी रहे हैं और थकने पर आराम कर रहे हैंI
- चिंता कुछ लोगों में दौरे उत्पन्न कर सकती हैI चिंता को दूर करने वाले और आराम दिलाने वाले उपचार जैसे कि व्यायाम, योग और ध्यान मददगार साबित हो सकते हैंI

अपने डॉक्टर से संवाद

- अपने डॉक्टर से बेहतरीन उपचार के विकल्प के लिए संवाद करेंI आपका डॉक्टर आपकी स्थिति और दवाओं के प्रति आपकी प्रतिक्रिया को ध्यान में रखते हुए आपको सबसे उचित दवाएं देगाI
- किसी भी विकसित होने वाले असामान्य और गंभीर दुष्प्रभाव को देखेंI यदि आप ऐसे किसी भी लक्षणों का अनुभव करते हैं तो अपने डॉक्टर से तुरंत संपर्क करेंI
- यदि आप नई या बढ़ी हुई अवसाद की भावना, आत्महत्या के विचार, या आपके मूड या व्यवहार में असामान्य परिवर्तन को महसूस करें तो अपने डॉक्टर को तुरंत सूचित करेंI
- अपने डॉक्टर को अपने चिकित्सा इतिहास के बारे में बताएं, क्योंकि कुछ बीमारियों में विशेष एहतियात बरतने की जरूरत हो सकती हैI
- अपने डॉक्टर से बात किये बिना, कोई भी दूसरी दवा न लें, जिसमें काउंटर से ली जाने वाली दवाएं या अतिरिक्त दवाएं जैसे कि सैंट जॉनस वोर्ट शामिल हैंI दूसरी दवाओं का आपकी मिर्गी रोधक दवाओं के साथ खतरनाक परस्पर प्रभाव हो सकता है और दौरे आने का कारण बन सकता हैI
- यदि आप गर्भ धारण करने की योजना बना रहे हैं तो आपको अपने डॉक्टर के साथ मिर्गी और इसके उपचार, दोनों के बारे में विचार-विमर्श करना चाहिए, जैसे कि गर्भ धारण करने के बाद मिर्गी रोधक दवाओं के साथ खतरनाक जन्म विकृति का खतरा बढ़ सकता हैI आपका डॉक्टर खतरे को कम करने के लिए आपकी मिर्गी रोधक दवा को बदल सकता हैI
- अपने डॉक्टर को बताएं यदि आप स्तनपान करवा रहे हैंI डॉक्टर यह आकलन करेंगे कि शिशु पर कुछ दवाओं के दुष्प्रभावों की निगरानी किये जाने की आवश्यकता है, खासकर यदि आप एक से अधिक मिर्गी-रोधक ले रहे हैंI

मिर्गी-रोधक दवाओं का भंडारण

मिर्गी-रोधक दवाओं को ठंडी और सूखी जगह पर रखना चाहिएI जब तक लेबल पर निर्दिष्ट न हो, दवाओं को रेफ्रीजरेटर में संग्रहित नहीं किया जाना चाहिएI इसके अलावा, बच्चों द्वारा दवाएँ निगले जाने के खतरे से बचने के लिए दवाओं को बच्चों की पहुँच से दूर उचित तरीके से रखा जाना चाहिएI

अभिस्वीकृति**: **औषधि कार्यालय व्यवसायिक विकास और गुणवत्ता आश्वासन (PD&QA) को इस लेख की तैयारी में उनके बहुमूल्य योगदान के लिए धन्यवाद देना चाहता हैI

दवा कार्यालय
स्वास्थ्य विभाग
जनवरी 2021