

गठिया रोधी मौखिक दवाएं

- गठिया
- गठिया रोधी मौखिक दवाओं की श्रेणियाँ
- सामान्य दुष्प्रभाव और सावधानियां
- सामान्य सलाह
- अपने डॉक्टर के साथ संवाद
- गठिया रोधी मौखिक दवाओं का भंडारण

गठिया

गाउट एक प्रकार का गठिया है जिसमें यूरिक एसिड क्रिस्टल (मोनोसोडियम यूरेट) जोड़ों के अंदर और आसपास जमा होता है। यह एक अनियंत्रित चयापचय विकार के कारण होता है, जिसके परिणामस्वरूप रक्त में बहुत अधिक यूरिक एसिड (हाइपरयुरिसीमिया) होता है। यूरिक एसिड एक चयापचय अपशिष्ट है जो प्यूरीन(जो कई खाद्य पदार्थों और मानव ऊतक में पाया जाता है) के चयापचय से बना है और मुख्य रूप से गुर्दे के माध्यम से उत्सर्जित होता है। यदि यूरिक एसिड का अतिउत्पादन या कम उत्सर्जन होता है, तो यूरिक एसिड क्रिस्टल का निर्माण हो सकता है और यह जोड़ों के अंदर और आसपास जमा हो सकता है, जिससे गाउट के हमले होते हैं। हालांकि, हाइपरयुरिसीमिया गाउट के समान नहीं है, एसिम्प्टोमैटिक हाइपरयुरिसीमिया को किसी भी उपचार की आवश्यकता नहीं है।

सबसे आम लक्षण जोड़ों में सूजन और लालिमा के साथ अचानक और तेज दर्द है। अंगूठे का बड़ा जोड़ आमतौर पर प्रभावित होता है, हालांकि गाउट लगभग किसी भी जोड़ों को प्रभावित कर सकता है और एक से अधिक संयुक्त रूप से हो सकता है। अंगों के सिरों की ओर के जोड़ अधिक प्रभावित होते हैं, जिसमें मिडफुट (वह क्षेत्र जहां आपके जूते का फीता होता है), टखने, घुटने, उंगलियां, कोहनी और कलाई शामिल हैं।

पुरुषों को महिलाओं की तुलना में गठिया विकसित होने की संभावना अधिक होती है, क्योंकि महिला प्रजनन हार्मोन गुर्दे के माध्यम से यूरिक एसिड के उत्सर्जन को बढ़ाकर यूरिक एसिड के स्तर को कम कर सकता है। इसके अलावा, बड़े वयस्कों, जो लोग बहुत अधिक शराब पीते हैं या प्यूरीन की उच्च मात्रा वाले भोजन(जैसे ऑफल, शंख, जिगर, समुद्री भोजन) का सेवन करते हैं, और जिन्हें उच्च रक्तचाप, मधुमेह, गुर्दे की बीमारी है या मूत्रवर्धक लेते हैं उन्हें गठिया होने का खतरा होता है।

गठिया रोधी दवाओं की श्रेणियाँ

गाउट बेहद दर्दनाक है, लेकिन यह इलाज योग्य है। गाउट के हमलों के इलाज और रोकथाम के लिए मौखिक गठिया रोधी दवाएं सामान्य और प्रभावी तरीका हैं। हांगकांग में सभी पंजीकृत गठिया रोधी दवाएं मौखिक खुराक रूपों में उपलब्ध हैं जैसे गोलिएँ, कैप्सूल, उनमें से कुछ भी इंजेक्शन के रूपों में उपलब्ध हैं। इनमें से अधिकांश उत्पाद केवल डॉक्टर के निर्देश पर दी जाने वाली दवाएं हैं, जबकि उनमें से कुछ को फार्मसी से लिया जा सकता है(उदाहरण के लिए इबुप्रोफेन और एलोप्यूरिनॉल) और कुछ काउंटर पर मिलने वाली दवाएं हैं(जैसे प्रोबेनेसिड), हालांकि, इन सभी को डॉक्टर के निर्देश और सिफारिश के तहत ही लिया जाना चाहिए।

मौखिक गठिया रोधी दवाओं को दो श्रेणियों में वर्गीकृत किया जा सकता है: गठिया हमलों के लक्षणों से राहत देने वाली दवाएं और भविष्य में होने वाले गठिया के हमलों को रोकने के लिए दवाएं।

गठिया हमलों के लक्षणों से राहत देने के लिए दवाएं:

- एक प्रकार का दर्द निवारक जो गठिया के हमलों में सूजन और दर्द को नियंत्रित कर सकता है। उदाहरणों में इबुप्रोफेन, नेप्रोक्सन, डाइक्लोफेनाक और इंडोमेथेसिन शामिल हैं। NSAIDs के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया देखें http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/consumer/news_informations/dm_03.htm
- Colchicine: यदि आप NSAIDs लेने में असमर्थ हैं या यदि NSAIDs अप्रभावी हैं तो इसका इस्तेमाल किया जा सकता है। यह एक दर्द निवारक नहीं है, लेकिन श्लेष्मक कला में सूजन पैदा करने की यूरिक एसिड क्रिस्टल की क्षमता को कम करता है, जो गठिया के हमले से जुड़ी सूजन और दर्द को कुछ कम करता है।
- गठिया के गंभीर मामलों के इलाज के लिए एक प्रकार का स्टेरॉयड का उपयोग किया जाता है। यह गठिया सूजन और दर्द को नियंत्रित करता है। इसका उपयोग उन लोगों के लिए किया जाना चाहिए जिन्हें अन्य उपचार से लाभ नहीं मिलता है या NSAIDs या कोलिसिन नहीं ले सकते हैं। उदाहरणों में प्रेडनिसोन और प्रेडनिसोलोन शामिल हैं। मौखिक कॉर्टिकोस्टेराइड्स के बारे में अधिक जानकारी के लिए, कृपया देखें http://www.drugoffice.gov.hk/eps/do/en/consumer/news_informations/dm_02.html

भविष्य के गठिया हमलों को रोकने के लिए द्रव्य:

- जैथीन ऑक्सीडेज़ अवरोधक: जैथीन ऑक्सीडेस नामक एंजाइम को रोककर यूरिक एसिड के उत्पादन को कम करें, यह एंजाइम प्यूरीन को यूरिक एसिड में बदलने के लिए जिम्मेदार है। उदाहरणों में एलोपुरिनीन और फेब्यूक्सोस्टेट शामिल हैं।
- यूरिसोरिस एजेंट: गुर्दे द्वारा यूरिक एसिड के निष्कासन को बढ़ाता है, इस प्रकार यूरिक एसिड के स्तर को कम करता है। दुष्प्रभावों के कारण इन मामलों पर कम ही उपयोग किया जाता है। उदाहरणों में प्रोबेनेसिड और बेंजब्रोमरोन शामिल हैं।

सामान्य दुष्प्रभाव और सावधानियां

गठिया रोधी दवाएं	सामान्य दुष्प्रभाव	सावधानियाँ
भविष्य में गठिया हमलों को रोकने के लिए दवाएं		
1. NSAIDs(जैसे आईबुप्रोफेन, नेप्रोक्सन, डाइक्लोफेनेक)	• मतली • उल्टी • दस्त • कब्ज • भूख में कम • द्रव प्रतिधारण • जठरांत्र में गड़बड़ी • अतिसंवेदनशीलता प्रतिक्रियाएं • सिरदर्द • चक्कर आना	• बुजुर्गों में, जो महिलाएं स्तनपान करा रही हैं उनमें, हृदय में खराबी, अस्थमा, हेपेटिक या गुर्दे में खराबी और स्कंदन दोष वाले रोगियों में सावधानी के साथ इस्तेमाल किया जाना चाहिए • एस्पिरिन या किसी अन्य NSAID के लिए अतिसंवेदनशीलता के इतिहास वाले रोगी, सक्रिय जठरांत्र फोड़ा

		या रक्तस्राव या गंभीर हृदय विफलता वाले रोगी पर उपयोग नहीं किया जाना चाहिए • गर्भवती महिलाओं में उपयोग नहीं किया जाना चाहिए • कुछ NSAIDs (जैसे डिक्लोफेनाक) का दीर्घकालिक उपयोग कम महिला प्रजनन क्षमता के साथ जुड़ा हो सकता है, जो उपचार को रोकने पर प्रतिवर्ती होता है • दूध या भोजन के साथ, या आंत्र-लेपित फॉर्म्यूलेशन का उपयोग करके लिया जाना चाहिए • प्रोटॉन पंप अवरोधक NSAID के GI दुष्प्रभाव के जोखिम को कम कर सकते हैं
2. कोलचिसिन	• मतली • उल्टी • दस्त • पेट दर्द • चकत्ता	• बुजुर्गों में, हृदय, यकृत, वृक्क या जठरांत्र रोग वाले रोगी और स्तनपान कराने वाली महिलाओं में सावधानी के साथ इस्तेमाल किया जाना चाहिए • रक्त विकार वाले रोगी में इसका उपयोग नहीं करना चाहिए • जो महिलाएं गर्भवती हैं, उनमें उपयोग नहीं करना चाहिए • संकीर्ण चिकित्सीय मार्जिन के कारण अधिक खुराक लेना गंभीर हो सकता है • अगर मायोनोपैथी या रबडोमायोलेसिस हो तो तुरंत वापस ले लिया जाना चाहिए, गुर्दे की कम कार्य वाले रोगी विशेष जोखिम में हैं
3. कोर्टिकोस्टेरोयड (जैसे प्रीडनिसोन और प्रीडनिसोलोन)	• वजन बढ़ना • हड्डियों का पतला होना • घाव भरने में देरी	• बुजुर्गों में, दिल की विफलता, हाल ही में हृदय रोगी, उच्च

	• संक्रमण के प्रति असुरक्षा में वृद्धि • त्वचा का पतली होना • मांसपेशियों में कमजोरी • मनोदशा में तेजी से परिवर्तन	रक्तचाप, मधुमेह, मेलेटस, मिर्गी, मोतियाबिंद, हाइपोथायरायडिज्म, यकृत विफलता, ऑस्टियोपोरोसिस, पेट्रिक अल्सर, साइकोसिस या गंभीर भावात्मक विकारों और गुर्दे की दुर्बलता वाले रोगी में सावधानी के साथ उपयोग किया जाना चाहिए। • उपयुक्त रोगाणुरोधी चिकित्सा और सक्रिय अर्धजीर्ण तपेदिक द्वारा अनियंत्रित तीव्र संक्रमण वाले रोगियों में उपयोग नहीं किया जाना चाहिए • लंबे समय तक कॉर्टिकोस्टेरोइड का सेवन करने के बाद अचानक वापसी तीव्र गुर्दे संबंधी कार्य क्षमता में कमी के कारण गंभीर या घातक जटिलताएं पैदा कर सकती है। • प्रणालीगत कॉर्टिकोस्टेरोइड की चिकित्सीय खुराक प्राप्त करने वाले गैर-प्रतिरक्षा वाले रोगियों में चिकनपॉक्स और गंभीर हर्पीस ज़ोस्टर का खतरा बढ़ जाता है • कॉर्टिकोस्टेरोइड थेरेपी के लंबे समय तक कोर्स के दौरान मरीजों की नियमित रूप से जांच की जानी चाहिए (जैसे तरल पदार्थ का सेवन और निकास, वजन, पीठ में दर्द)
भविष्य में गठिया हमलों को रोकने के लिए दवाएं		
4. ज़ैथिन ऑक्सीडेस अवरोधक(जैसे एलोप्पुरिनॉल और फ़ेबुक्सोस्टैट)	• चकत्ता • जठरांत्र में गड़बड़ी • सिरदर्द • अतिसार रोग • चक्कर आना • बैचैनी • कम जिगर कार्य (फ़ेबक्सोस्टैट के लिए)	• तीव्र हमले के दौरान शुरू नहीं किया जाना चाहिए • उपचार की शुरुआत एक तीव्र हमले को और तेज कर सकती है

	जिसका जिगर द्वारा चयापचय होता है)	• हाइपररुकिमिया के सही होने के बाद डॉक्टर द्वारा निर्देशित रोगनिरोधी NSAID (एस्पिरिन या सैलिसिलेट्स नहीं) या कोल्चिसिन दें • यदि तीव्र दौरा पड़ने पर उपचार उसी खुराक पर जारी रखना चाहिए • गुर्दे या यकृत दोष में खुराक को कम किया जाना चाहिए • यदि दाने हो, तो तुरंत वापस ले लिया जाना चाहिए, क्योंकि यह दुर्लभ लेकिन गंभीर अतिसंवेदनशीलता प्रतिक्रियाओं का संकेत दे सकता है जैसे एक्सफ़ोलीएटिव चकत्ते, स्टीवंस-जॉनसन सिंड्रोम, और विषाक्त एपिडर्मल नेक्रोलिसिस (गुर्दे या यकृत दोष वाले रोगी विशेष जोखिम में हैं) • पर्याप्त तरल पदार्थ का सेवन (2-3 लीटर / दिन) आवश्यक है (एलोप्सुरिनॉल के लिए जिसका गुर्दे द्वारा चयापचय किया जाता है) • स्थानिक अरक्तता हृद्रोग या कंजेस्टिव दिल की विफलता के रोगियों में इस्तेमाल नहीं किया जाना चाहिए(फेबक्सोस्टेट के लिए)
5. यूरिकोरिस एजेंट(उदाहरण के लिए प्रोबेकनेकआईडी और बेंजब्रोमारोन)	• जठरांत्र में गड़बड़ी • दस्त • मतली और उल्टी • सिरदर्द	• तीव्र हमले के दौरान शुरू नहीं किया जाना चाहिए • उपचार की शुरुआत एक तीव्र हमले को और तेज कर सकती है • हाइपररुकिमिया के

		सही होने के बाद डॉक्टर द्वारा निर्देशित रोगनिरोधी NSAID (एस्पिरिन या सैलिसिलेट्स नहीं) या कोल्चिसिन दें • यदि तीव्र दौरा पड़ने पर उपचार उसी खुराक पर जारी रखना चाहिए • पर्याप्त तरल पदार्थ का सेवन (2-3 लीटर/दिन) आवश्यक है • यूरिक एसिड गुर्दे की पथरी के इतिहास वाले रोगियों में उपयोग नहीं किया जाना चाहिए • पेप्टिक अल्सरेशन और G6PD दोष के इतिहास वाले रोगियों में सावधानी के साथ इस्तेमाल किया जाना चाहिए (प्रोबेन्सिड के लिए) • हेपेटोटोक्सिकिटी गंभीर हो सकती है, इसलिए यकृत के कार्य की निगरानी समय-समय पर आवश्यक है (बेंजब्रोमरोन के लिए)
--	--	--

सामान्य सलाह

- आराम करें और गठिया हमले के दौरान अपने अंग को उठाएं, प्रभावित जोड़ों पर प्रहार न करें।
- आइस पैक को अपने प्रभावित जोड़ पर रख सकते हैं लेकिन 20 मिनट से अधिक नहीं।
- गठिया को ठीक नहीं किया जा सकता। लेकिन गठिया हमले को निर्देशित किसी भी निर्धारित दवाओं लेने और जीवन शैली में किसी भी अनुशंसित परिवर्तनों अपनाकर रोका जा सकता है।
- आप जो दवाइयां ले रहे हैं, उनके नाम और खुराक से परिचित रहें। उनके संभावित दुष्प्रभावों से सतर्क रहें।
- प्यूरीन युक्त भोजन से बचें, जिसमें आंतरिक अंग (जैसे लिवर, किडनी, हार्ट), समुद्री भोजन (जैसे मसल्स, सीप, केकड़ा, झींगा, अन्य शंख और चुन्नी), अत्यधिक लाल मांस, सेम, मशरूम, फूलगोभी, पालक और शतावरी शामिल हैं।
- उच्च वसा या नमक वाले भोजन से बचें।
- शराब और चीनी युक्त मीठे शीतल पेय से बचें।
- अधिक वजन होने से बचें और नियमित व्यायाम करें।

अपने डॉक्टर के साथ संवाद

- यदि आपको अचानक और तीव्र जोड़ों के दर्द का अनुभव होता है तो अपने डॉक्टर से परामर्श करें।
- तुरंत चिकित्सकीय सलाह लें यदि आपको बुखार हो और आपके जोड़ में गर्म हो जाए और सूज जाए। आपको जोड़ के अंदर संक्रमण हो सकता है।
- सबसे अच्छे उपचार विकल्प के लिए अपने डॉक्टर के साथ संवाद करें। आपका डॉक्टर आपकी स्थिति और दवाओं के प्रति आपकी प्रतिक्रिया पर विचार करने के बाद आपके लिए सबसे उपयुक्त दवाएं लिखेगा।
- गठिया रोधी दवाएं अन्य दवाओं के साथ परस्पर क्रिया कर सकती हैं। अपने डॉक्टर को उन दवाओं के बारे में सूचित करें जो आप ले रहे हैं, जिनमें ओवर-द-काउन्टर दवाएं शामिल हैं, जिससे वे यह तय कर सकते हैं कि आपके लिए गठिया रोधी दवा लेना सुरक्षित है या नहीं।
- कुछ खाद्य पदार्थों में यूरिक एसिड के स्तर को कम करने की क्षमता होती है, जिसमें कॉफी, विटामिन सी-समृद्ध भोजन (जैसे नारंगी) और चेरी शामिल हैं। अपने चिकित्सक से परामर्श करें कि क्या आपके लिए इन खाद्य पदार्थों का उपभोग उपयुक्त है।
- अपने डॉक्टर को अपने चिकित्सा इतिहास के बारे में सूचित करें, क्योंकि कुछ बीमारियां विशेष एहतियाती उपायों की मांग कर सकती हैं।
- अपने डॉक्टर को सूचित करें यदि आप गर्भवती हैं या स्तनपान करा रही हैं क्योंकि कुछ मौखिक गठिया रोधी दवाएं उन महिलाओं द्वारा नहीं ली जानी चाहिए जो गर्भवती हैं या स्तनपान करा रही हैं।
- यदि आप किसी भी ऐसे लक्षण या दुष्प्रभाव का अनुभव करते हैं जिसका संबंध गठिया रोधी दवाओं से हो सकता है तो तुरंत चिकित्सा सलाह लें। आपका डॉक्टर आपके दवा प्रकार की समीक्षा कर सकता है।
- अपने डॉक्टर द्वारा सलाह के अनुसार नियमित अनुवर्ती चिकित्सा लें।

गठिया रोधी मौखिक दवाओं का भंडारण

गठिया रोधी मौखिक दवाओं को ठंडी और सूखी जगह पर रखना चाहिए। जब तक लेबल पर निर्दिष्ट नहीं किया जाता है, दवाओं को रेफ्रिजरेटर में संग्रहित नहीं किया जाना चाहिए। इसके अलावा, दवाओं को बच्चों द्वारा पहुंच से बाहर के स्थान में ठीक से रखा जाना चाहिए ताकि आकस्मिक अंतर्ग्रहण से बचा जा सके।

स्वीकृति: दवा कार्यालय इस लेख की तैयारी में उनके मूल्यवान योगदान के लिए व्यावसायिक विकास और गुणवत्ता आश्वासन (पीडी एंड क्यूए) का शुक्रिया अदा करना चाहता है।